муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

Большетелекская основная общеобразовательная школа

Утверждено

Приказом директора

МКОУ Большетелекской ООШ

№ 01-04-112

от «01» 09. 2024г.

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности

по спортивно-оздоровительному направлению

ШСК «Каскад»

«Подвижные игры»

на 2024-2025 учебный год

1-4 классы

Составитель: учитель ФК

Н. А. Арай

с. Большой Телек, 2024

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы дополнительного образования оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

Личностные результаты:

– формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;

– воспитание морально-этических и волевых качеств;

– дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

– умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

– умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

– определять наиболее эффективные способы достижения результата;

– умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

– уметь организовать самостоятельные занятия, а также, с группой товарищей;

– организовывать и проводить соревнования по одной из спортивных игр в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;

– умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;

– умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

– знать об особенностях спортивных игр;

– знать о физических качествах и правилах их тестирования;

– выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;

– владеть тактико-техническими приемами баскетбола, волейбола (пионер-бола), футбола;

– знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях спортивными играми и правила его предупреждения;

– владеть основами судейства игры.

2. **Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.**

Учебная нагрузка определена из расчёта 1 час в неделю. Таким образом, общий объём занятий составляет:

1 класс - 33 часа.
2 класс – 34 часов.

3 класс – 34 часов.

4 класс – 34 часов.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Спортивные игры.

На материале спортивных игр.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола (пионербола).

Формы организации работы с учащимися

Фронтальная – класс размещается в шеренгах, в колоннах, по кругу и т.п., так чтобы выполнять одно и то же задание всем вместе.

Групповая – класс делится на группы (отделения, звенья, команды), каждая из которых выполняет своё задание.

Станционная – по типу круговой тренировки, класс разбивается на такое количество групп, сколько организуется станций, учащиеся последовательно переходят от одной станции к другой, совершая круг или несколько кругов.

Индивидуальная – отдельное задание для того или иного ученика, в соответствии с которым он и размещается на площадке, в зале.

Методы и приёмы обучения:

Словесные (объяснение, беседа, распоряжение, команда), наглядные (показ упражнения учителем или учеником).

Практические (практические выполнения упражнений).

Игровой метод.

Соревновательный метод.

Метод упражнения.

Содержание курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления с указанием форм организации видов деятельности 1 класс

№ п.п	Наименование разделов (тем)	Содержание	Характеристика видов деятельности учащихся	Количество часов
	Спортивные игры (баскетбол)	Стойки игрока. Перемещения в стойке. Ведение мяча на месте и в движении. Передача и ловля мяча двумя руками на месте и в движении. Бросок мяча двумя руками от груди. Вырывание и выбивание мяча. Игра с элементами баскетбола.	Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	14
2.	Спортивные игры (волейбол, пионербол)	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками вперед и над собой. Передача мяча двумя руками в парах. Прием мяча. Игра с элементами пионербола.	Овладевают основными приёмами игры в пионербол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности.	14
3.	Спортивные игры (футбол)	Перемещения, ускорения, остановки игрока. Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Передачи мяча. Ведение мяча. Остановки мяча. Игра по упрощенным правилам.	Овладевают основными приёмами игры в футбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности.	5
Всего:				33

Содержание курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления с указанием форм организации видов деятельности 2 класс

№ п.п	Наименование разделов (тем)	Содержание	Характеристика видов деятельности учащихся	Количество часов
	Спортивные игры (баскетбол)	Стойки игрока. Перемещения в стойке. Ведение мяча на месте и в движении. Передача и ловля мяча двумя руками на месте и в движении. Бросок мяча двумя руками от груди. Вырывание и выбивание мяча. Игра с элементами баскетбола.	Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	14
2.	Спортивные игры (волейбол, пионербол)	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками вперед и над собой. Передача мяча двумя руками в парах. Прием мяча. Игра с элементами волейбола, пионербола.	Овладевают основными приёмами игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности.	14
3.	Спортивные игры (футбол)	Перемещения, ускорения, остановки игрока. Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Передачи мяча. Ведение мяча. Остановки мяча. Игра по упрощенным правилам.	Овладевают основными приёмами игры в футбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности.	6
Всего:				34

Содержание курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления с указанием форм организации видов деятельности 3 класс.

№ п.п	Наименование разделов (тем)	Содержание	Характеристика видов деятельности учащихся	Количество часов
	Спортивные игры (баскетбол)	Стойки игрока. Перемещения в стойке. Ведение мяча на месте и в движении. Остановка прыжком. Остановка двумя шагами. Передача и ловля мяча двумя руками на месте и в движении. Бросок мяча двумя руками от груди с места и в движении. Вырывание и выбивание мяча. Игра по упрощенным правилам.	Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	14
2.	Спортивные игры (волейбол, пионербол.)	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед и над собой. Передача мяча сверху двумя руками в парах. Прием мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Игра по упрощенным правилам.	Овладевают основными приёмами игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности.	14
3.	Спортивные игры (футбол)	Перемещения, ускорения, остановки игрока. Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Передачи мяча. Ведение мяча. Остановки мяча. Игра по упрощенным правилам.	Овладевают основными приёмами игры в футбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности.	6
Всего:				34

Содержание курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления с указанием форм организации видов деятельности 4 класс.

№ п.п	Наименование разделов (тем)	Содержание	Характеристика видов деятельности учащихся	Количество часов
	Спортивные игры (баскетбол)	Стойки игрока. Перемещения в стойке. Ведение мяча на месте и в движении. Остановка прыжком. Остановка двумя шагами. Передача и ловля мяча двумя руками на месте и в движении. Бросок мяча двумя руками от груди с места и в движении. Вырывание и выбивание мяча. Игра по упрощенным правилам.	Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	14
2.	Спортивные игры (волейбол, пионербол.)	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед и над собой. Передача мяча сверху двумя руками в парах. Прием мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Игра по упрощенным правилам.	Овладевают основными приёмами игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности.	14
3.	Спортивные игры (футбол)	Перемещения, ускорения, остановки игрока. Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Передачи мяча. Ведение мяча. Остановки мяча. Игра по упрощенным правилам.	Овладевают основными приёмами игры в футбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и исправляя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности.	6
Всего:				34

Календарно-тематическое планирование по внеурочной деятельности физкультурно-спортивного клуба "Каскад" 1 класс

№ п.п	Наименование раздела, темы занятия.	Дата проведения	
		План.	Факт.
Баскетбол – 14 часов.			
1.	Баскетбол. Инструктаж по ТБ. Стойка и передвижения игрока.	07.09	
2.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте.	14.09	
3.	Ведение мяча. Передача и ловля мяча двумя руками.	21.09	
4.	Ведение мяча на месте и в движении. Игра с элементами баскетбола.	28.09	
5.	Бросок двумя руками от груди. Игра с элементами баскетбола.	05.10	
6.	Ведение и бросок мяча. Игра с элементами баскетбола.	12.10	
7.	Ведение мяча в высокой и низкой стойке. Игра с элементами баскетбола.	19.10	
8.	Ведение мяча с изменением скорости и направления. Игра с элементами баскетбола.	02.11	
9.	Бросок мяча двумя руками от груди с места. Игра с элементами баскетбола.	09.11	
10.	Бросок мяча двумя руками от груди в движении. Игра с элементами баскетбола.	16.11	
11.	Вырывание и выбивание мяча. Игра с элементами баскетбола.	23.11	
12.	Вырывание и выбивание мяча. Игра с элементами баскетбола.	30.11	
13.	Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам.	07.12	
14.	Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам.	14.12	
Пионербол – 14 часов.			
15.	Пионербол. Стойка игрока. Перемещения в стойке.	21.12.	
16.	Стойка игрока и перемещения в стойке.	11.01	
17.	Передача мяча двумя руками.	18.01	
18.	Передача мяча двумя руками над собой.	25.01.	
19.	Передача мяча двумя руками над собой и вперед.	01.02	
20.	Подача мяча. Игра с элементами пионербола.	15.02	

21.	Подача мяча. Игра с элементами пионербола.	20.02	
22.	Прием мяча двумя руками. Игра с элементами пионербола.	01.03.	
23.	Прием мяча двумя руками. Игра с элементами пионербола.	15.03	
24.	Подача и прием мяча. Игра с элементами пионербола.	22.03	
25.	Подача и прием мяча. Игра с элементами пионербола.	29.03	
26.	Сочетание приемов: подача – прием – передача. Игра с элементами пионербола.	05.04	
27.	Игра по упрощенным правилам.	12.04	
28.	Игра по упрощенным правилам.	19.04	
Футбол – 5 часов.			
29.	Футбол. Перемещения и остановки игрока.	26.04	
30.	Передачи мяча на месте и в движении.	29.04	
31.	Передача и остановка мяча.	30.04	
32.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу	17.05	
33.	Игра по упрощенным правилам.	24.05	
Всего – 33 часов.			

Календарно-тематическое планирование по внеурочной деятельности

физкультурно-спортивного клуба "Каскад" 2 класс

№ п.п	Наименование раздела, темы занятия.	Дата проведения	
		План.	Факт.
Баскетбол – 14 часов.			
1.	Баскетбол. Инструктаж по ТБ. Стойка и передвижения игрока.	07.09	
2.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте.	14.09	
3.	Ведение мяча. Передача и ловля мяча двумя руками.	21.09	
4.	Ведение мяча на месте и в движении. Игра с элементами баскетбола.	28.09	
5.	Бросок двумя руками от груди. Игра с элементами баскетбола.	05.10	
6.	Ведение и бросок мяча. Игра с элементами баскетбола.	12.10	
7.	Ведение мяча в высокой и низкой стойке. Игра с элементами баскетбола.	19.10	
8.	Ведение мяча с изменением скорости и направления. Игра с элементами баскетбола.	26.10	
9.	Бросок мяча двумя руками от груди с места. Игра с элементами баскетбола.	02.11	
10.	Бросок мяча двумя руками от груди в движении. Игра с элементами баскетбола.	09.11	
11.	Вырывание и выбивание мяча. Игра с элементами баскетбола.	16.11	
12.	Вырывание и выбивание мяча. Игра с элементами баскетбола.	23.11	
13.	Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам.	30.11	
14.	Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам.	07.12	
Волейбол – 14 часов.			
15.	Пионербол. Стойка игрока. Перемещения в стойке.	14.12	
16.	Стойка игрока и перемещения в стойке.	21.12.	
17.	Передача мяча двумя руками.	11.01	
18.	Передача мяча двумя руками над собой.	18.01	
19.	Передача мяча двумя руками над собой и вперед.	25.01.	
20.	Подача мяча. Игра с элементами пионербола.	01.02	

21.	Подача мяча. Игра с элементами пионербола.	08.02	
22.	Прием мяча двумя руками. Игра с элементами пионербола.	15.02	
23.	Прием мяча двумя руками. Игра с элементами пионербола.	20.02	
24.	Прямая подача и прием мяча. Игра с элементами пионербола.	01.03	
25.	Прямая подача и прием мяча. Игра с элементами пионербола.	15.03	
26.	Сочетание приемов: подача – прием – передача. Игра с элементами пионербола.	29.03.	
27.	Игра по упрощенным правилам.	05.04	
28.	Игра по упрощенным правилам.	12.04	
Футбол – 6 часов.			
29.	Футбол. Перемещения и остановки игрока.	19.04	
30.	Передачи мяча на месте и в движении.	26.04	
31.	Передача и остановка мяча.	29.04	
32.	Передача и остановка мяча.	30.04	
33.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу.	17.05.	
34.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу.	24.05	
Всего – 34 часов.			

Календарно-тематическое планирование по внеурочной деятельности

физкультурно-спортивного клуба "Каскад" 3 класс

№ п.п	Наименование раздела, темы занятия.	Дата проведения	
		План.	Факт.
Баскетбол – 14 часов.			
1.	Баскетбол. Инструктаж по ТБ. Стойка и передвижения игрока.	07.09	
2.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте.	14.09	
3.	Ведение мяча. Передача и ловля мяча двумя руками.	21.09	
4.	Ведение мяча на месте и в движении. Игра с элементами баскетбола.	28.09	
5.	Бросок двумя руками от груди. Игра с элементами баскетбола.	05.10	
6.	Ведение и бросок мяча. Игра с элементами баскетбола.	12.10	
7.	Ведение мяча в высокой и низкой стойке. Игра с элементами баскетбола.	19.10	
8.	Ведение мяча с изменением скорости и направления. Игра с элементами баскетбола.	26.10	
9.	Бросок мяча двумя руками от груди с места. Игра с элементами баскетбола.	02.11.	
10.	Бросок мяча двумя руками от груди в движении. Игра с элементами баскетбола.	09.11	
11.	Вырывание и выбивание мяча. Игра с элементами баскетбола.	16.11	
12.	Вырывание и выбивание мяча. Игра с элементами баскетбола.	23.11.	
13.	Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам.	30.11	
14.	Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам.	07.12	
Волейбол – 14 часов.			
15.	Волейбол. Стойка игрока. Перемещения в стойке.	14.12	
16.	Стойка игрока и перемещения в стойке.	21.12	
17.	Передача мяча двумя руками сверху.	11.01	
18.	Передача мяча двумя руками сверху над собой.	18.01	
19.	Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед.	25.01.	
20.	Нижняя прямая подача. Игра с элементами волейбола.	01.02	

21.	Нижняя прямая подача. Игра с элементами волейбола.	08.02	
22.	Прием мяча двумя руками снизу. Игра с элементами волейбола.	15.02	
23.	Прием мяча двумя руками снизу. Игра с элементами волейбола.	20.02	
24.	Нижняя прямая подача и прием мяча. Игра с элементами волейбола.	01.03	
25.	Нижняя прямая подача и прием мяча. Игра с элементами волейбола.	15.03.	
26.	Сочетание приемов: подача – прием – передача. Игра с элементами волейбола.	29.03.	
27.	Игра по упрощенным правилам.	05.04	
28.	Игра по упрощенным правилам.	12.04	
Футбол – 6 часов.			
29.	Футбол. Перемещения и остановки игрока.	19.04	
30.	Передачи мяча на месте и в движении.	26.04	
31.	Передача и остановка мяча.	29.04	
32.	Передача и остановка мяча.	30.04	
33.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу.	17.05	
34.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу.	24.05	
Всего – 34 часов.			

Календарно-тематическое планирование по внеурочной деятельности

физкультурно-спортивного клуба "Каскад" 4 класс

№ п.п	Наименование раздела, темы занятия.	Дата проведения	
		План.	факт
Баскетбол – 14 часов.			
1.	Баскетбол. Инструктаж по ТБ. Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча.	07.09	
2.	Ведение мяча. Передачи мяча на месте. Игра в мини-баскетбол.	14.09	
3.	Ведение и остановка прыжком.	21.09	
4.	Бросок двумя руками после остановки. Игра в мини-баскетбол.	28.09	
5.	Сочетание приемов: ведение – остановка – бросок. Игра в мини-баскетбол.	05.10	
6.	Сочетание приемов: ведение – остановка – бросок. Игра в мини-баскетбол.	12.10	
7.	Ведение мяча на месте и в движении. Игра в мини-баскетбол.	19.10	
8.	Передачи мяча на месте и в движении. Игра в мини-баскетбол.	26.10	
9.	Ведение и остановка двумя шагами. Игра в мини-баскетбол.	02.11.	
10.	Ведение и остановка двумя шагами. Игра в мини-баскетбол.	09.11	
11.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол.	16.11	
12.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол.	23.11.	
13.	Игра по упрощенным правилам.	30.11	
14.	Игра по упрощенным правилам.	07.12	
Волейбол – 14 часов.			
15.	Волейбол. Стойка игрока. Передвижения в стойке.	14.12	
16.	Стойка игрока. Передвижения в стойке.	21.12.	
17.	Передача мяча двумя руками сверху над собой.	11.01	
18.	Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед.	18.01	
19.	Передача мяча двумя руками сверху в парах и тройках на месте.	25.01	

20.	Передача мяча двумя руками сверху в парах и тройках на месте и после перемещения.	01.02	
21.	Прием мяча двумя руками снизу.	08.02	
22.	Прием мяча двумя руками снизу.	15.02	
23.	Нижняя прямая подача.	20.02	
24.	Нижняя прямая подача.	01.03	
25.	Нижняя прямая подача.	15.03	
26.	Нижняя прямая подача и прием мяча.	29.03	
27.	Игра по упрощенным правилам.	05.04	
28.	Игра по упрощенным правилам.	12.04	
Футбол – 6 часов.			
29.	Футбол. Перемещения и остановки игрока.	19.04	
30.	Передачи мяча на месте.	26.04	
31.	Передача мяча в движении.	29.04	
32.	Передача и остановка мяча.	30.04	
33.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу.	17.05	
34.	Игра по упрощенным правилам.	24.05	
Всего – 34 часов.			