

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

**Управления образования и молодежной политики Грязовецкого муниципального округа
Вологодской области**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Грязовецкого
муниципального округа Вологодской области «Средняя школа №1 г.Грязовца»**

ПРИНЯТ

На заседании педагогического совета
МБОУ «Средняя школа №1
г.Грязовца»

протокол №1 от 30.08.2023г.



**Директор МБОУ «Средняя школа №1
г.Грязовца»**

/Е.Ю. Левчук/

приказ директора № 280 от 31.08.2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ»
2 КЛАСС
(начальное общее образование)**

Разработчик программы:
Дебелая Оксана Геннадьевна,
учитель физической культуры
высшая категория

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение курса внеурочной деятельности «Звонкий мяч» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация курса внеурочной деятельности «Звонкий мяч» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности.

Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Цель программы

Повышение результативности физического воспитания школьников младшего школьного возраста посредством освоения движений с мячом и изучения доступных элементов техники наиболее популярных спортивных игр: волейбола, баскетбола, футбола.

Основные задачи

- приобщать детей к здоровому образу жизни и систематическим физкультурным занятиям, формировать интерес к командно-игровым элементам видов спорта;
- обеспечивать оптимальный объём двигательной активности и улучшению функционального состояния организма на фоне положительных эмоций при выполнении игровых и соревновательных действий;
- содействовать формированию первоначальных умений выполнения движений с мячом, освоению элементов техники доступных видов спортивных игр (футбола, баскетбола, волейбола) и развитию двигательных способностей;
- формировать представления об общих правилах, культуре и способах ведения соревновательной борьбы;
- развивать волевую, мотивационную и эмоциональную сферы, создавать условия для нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания детей младшего школьного возраста.

Место курса внеурочной деятельности «Звонкий мяч» в учебном плане

Во 2 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов.

В рамках курса предусмотрены такие формы работы как игровые занятия, круговые тренировки, соревнования, тестирования.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций Примерной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля «Внеурочная деятельность» программы воспитания;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Примерной программой воспитания.

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ПО ПРОГРАММЕ

Задача педагога состоит в том, чтобы сопровождать процесс оздоровления и физического развития школьника, раскрывая потенциал каждого через вовлечение в многообразную деятельность, организованную в разных формах. При этом результатом работы педагога в первую очередь является личностное развитие учащегося. Личностных результатов педагог может достичь, увлекая учащегося совместной и интересной им обоим деятельностью, устанавливая во время занятий доброжелательную, поддерживающую атмосферу, насыщая занятия ценностным содержанием.

Особенностью занятий являются их интерактивность и многообразие используемых педагогом форм работы: тестирование, соревнования школьного, городского, районного, областного, всероссийского уровня, круговые тренировки, мастер-классы и др.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Звонкий мяч» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

коммуникативные УУД:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

К концу изучения курса обучающийся научится:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному;
- выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ»

Основы знаний

Культурно- исторические основы. Представление о возникновении мяча и разновидности игры с ним. История зарождения волейбола, баскетбола, футбола. Культура поведения участников спортивных соревнований, спортивные ритуалы. Культура взаимодействия и общения игроков спортивной команды.

Научно- методические основы. Спортивная терминология. Основные элементы техники спортивных игр. Определение победителя в спортивной игре.

Техника безопасности на занятиях

Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке. Правила поведения на соревнованиях.

Общая физическая подготовка

ОРУ с предметами и без, в движении и на месте. Правильное дыхание при выполнении физических упражнений. Упражнения: на преодолении внешнего сопротивления (силовые); прыжковые, метательные и игровые (скоростно- силовые); средней интенсивности (выносливость); на растягивание и расслабление (гибкость); гимнастические, игровые задания с разными мячами в меняющихся условиях и содержащие элементы новизны (координационные); на формирование правильной осанки.

Специальная физическая подготовка

Разновидности ходьбы и бега (перемещения), прыжков, стойки, остановки. Игровые упражнения. Специальная разминка и активный отдых.

Техника движений с мячом (элементы)

Броски и ловля мяча, передачи, ведение мяча рукой различными способами броски мяча в баскетбольное кольцо. Вбрасывание мяча руками на дальность. Пионербол. Подвижные игры с элементами волейбола и баскетбола, ведение мяча правой (левой) ногой различными способами, удары по мячу (неподвижному, движущемуся) ногой, удары по воротам. Вбрасывание мяча руками на дальность.. Подвижные игры с элементами футбола.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. «Элементы баскетбола»								
1.1.	«Баскетбол»	24		24		Тренировочные занятия, тестирования, соревнования, мастер-классы	устный опрос;	Урок «Как возникли первые соревнования» (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/168855/ Урок «Виды передвижения» (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/ Урок «Физические качества» (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/ www.gto.ru
Итого по разделу		24						
Раздел 2. «Элементы футбола»								
2.1.	«Футбол»	22		22		Тренировочные занятия, тестирования, соревнования, мастер-классы	Устный опрос;	www.gto.ru
Итого по разделу		22						
Раздел 3 «Элементы волейбола»								
3.1.	«Пионербол»	22	0	22		Тренировочные занятия, тестирования, соревнования, мастер-классы	Практическая работа;	www.gto.ru
Итого по разделу		22						
ВСЕГО		68						

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.	1		1		Практическая работа;
2.	Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте парами.	1		1		Практическая работа;
3.	Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево)	1		1		Практическая работа;
4.	Передача мяча в тройках, пятерках.	1		1		Практическая работа;
5.	Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей колонны, а затем противоположной колонны.	1		1		Практическая работа;
6.	Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево)	1		1		Практическая работа;
7.	Передача мяча в тройках, пятерках.	1		1		Практическая работа;
8.	Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей колонны, а затем противоположной колонны.	1		1		Практическая работа;
9.	Ведение мяча на месте;	1		1		Практическая работа;
10.	Ведение мяча вокруг себя; Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте парами.	1		1		Практическая работа;
11.	Бросок мяча в баскетбольную корзину с места.	1		1		Практическая работа;
12.	Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его. Передача мяча в тройках, пятерках.	1		1		Практическая работа;
13.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1		1		Практическая работа;
14.	Передача мяча в тройках, пятерках.	1		1		Практическая работа;

15.	Бросок мяча в баскетбольную корзину с места.	1		1		Практическая работа;
16.	Бросок мяча в корзину одной рукой.	1		1		Практическая работа;
17.	Ведение мяча вокруг себя;	1		1		Практическая работа;
18.	Ведение мяча на месте;	1		1		Практическая работа;
19.	Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей колонны, а затем противоположной колонны.	1		1		Практическая работа;
20.	Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево)	1		1		Практическая работа;
21.	Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей колонны, а затем противоположной колонны.	1		1		Практическая работа;
22.	Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево)	1		1		Практическая работа;
23.	Бросок мяча в корзину одной рукой.	1		1		Практическая работа;
24.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1		1		Практическая работа;
25.	Передача мяча в парах;	2		2		Практическая работа;
26.	Броски мяча двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через сетку; одной рукой	2		2		Практическая работа;
27.	Броски мяча вверх и ловля, с ударом о стену, с отскоком от пола.	2		2		Практическая работа;
28.	Броски и ловля из различных исходных положений	2		2		Практическая работа;
29.	Броски и ловля в парах разными способами	2		2		Практическая работа;
30.	Броски и ловля в движении.	2		2		Практическая работа;
31.	Броски и ловля мяча в парах с хлопком, прыжком, с поворотом кругом, с ударом о стену, с отскоком от пола	2		2		Практическая работа;
32.	Броски мяча одной рукой (двумя руками) через сетку,	2		2		Практическая работа;

	вдаль, в цель, в пол					работа;
33.	Учебная игра «Пионербол».	2		2		Практическая работа;
34.	Правила игры «Пионербол»	1		2		Практическая работа;
35.	Учебная игра «Пионербол».	1		2		Практическая работа;
36.	Подвижные игры с элементами волейбола	2		2		Практическая работа;
37.	Выполнение удара по неподвижному мячу с места носком стопы;	3		3		Практическая работа;
38.	Выполнение удара с места внутренней стороны стопы.	3		3		Практическая работа;
39.	Остановка (приём ногой)	3		3		Практическая работа;
40.	Броски и ловля мяча в парах с хлопком, прыжком, с поворотом кругом, с ударом о стену, с отскоком от пола	3		3		Практическая работа;
41.	Прокатывание мяча ногой.	3		3		Практическая работа;
42.	Ведение мяча прямо.	3		3		Практическая работа;
43.	Ведение мяча по коридору	3		3		Практическая работа;
44.	Подвижные игры с элементами футбола.	3		3		Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО КУРСУ		68		68		

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Стенка гимнастическая
Канат для лазанья с механизмом крепления
Мост гимнастический подкидной
Скамейка гимнастическая жёсткая
Скамья атлетическая наклонная
Гантели наборные
Маты гимнастические
Мяч набивной (1 кг, 2 кг)
Мяч малый (теннисный)
Скакалка гимнастическая
Палка гимнастическая
Секундомер настенный с защитной сеткой
Сетка для переноса малых мячей

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой
Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой
Мячи баскетбольные для мини-игры
Сетка для переноса и хранения мячей
Жилетки игровые с номерами
Стойки волейбольные универсальные
Сетка волейбольная
Мячи волейбольные
Табло перекидное
Ворота для мини-футбола
Сетка для ворот мини-футбола