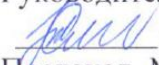



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗЕЛЕНОВСКАЯ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

«Рассмотрено» Руководитель ШМО  /Сиволапова Т.А./ Протокол № 1 от 28.08.2023г.	«Согласовано» Зам. директора по УВР  /Филиппова Н.Н./ Протокол № 1 От 30.08.2023г.	«Утверждаю» Директор МБОУ Зеленовской СОШ _____ /Трегубенко П.А./ Приказ № от 01.09.2023г.
---	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
ШКОЛА МЯЧА

Учитель: Родионов Михаил Петрович

Класс: 3

Количество часов за год: 35 часов

х. Зеленовка
2023-2024год

РАЗДЕЛ I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по спортивно – оздоровительному направлению «Школа мяча» для 3 класса составлена на основе нормативно-правовой документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023, далее – ФЗ №273).
2. Приказ Министерства просвещения России от 31.05.2021 N 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" (Зарегистрировано 05.07.2021 N 64100);
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 569 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286"(Зарегистрирован 17.08.2022 № 69676);
4. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 29.12.2022г.).
5. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года» (далее – Концепция).
6. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года».
7. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ (в ред. от 27.09.2017).
8. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Приказ №629).
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 02.02.2021г.).
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН).

12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).
13. Постановление Правительства Ростовской области от 08.12.2020 г. № 289 «О мероприятиях по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Ростовской области в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».
14. Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 14.03.2023 г. №225 «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ в Ростовской области».
15. Основная образовательная программы начального общего образования МБОУ Зеленовской;
16. Положение о разработке и утверждении рабочей программы учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) МБОУ Зеленовской СОШ;
17. Учебный плана МБОУ Зеленовской СОШ на 2023 - 2024 год.

Направленность программы:

Учебная программа спортивно-оздоровительной направленности предназначена для организации занятий по баскетболу, волейболу и подвижных игр во внеурочной деятельности школьников.

Программа составлена согласно федеральному государственному образовательному стандарту общего образования на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений» под редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевича (2020г.).

Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся.

Говоря об интеллектуальном аспекте физического воспитания, следует отметить наличие тесной связи между физическим и умственным развитием, их взаимообусловленность. Процесс усвоения любого, особенно сложного двигательного действия неразрывно связан с активной умственной работой.

В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация спортивно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему среди наиболее эффективных средств, спортивно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время баскетбол занимает видное место. Этот вид спорта развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма.

Федеральный государственный образовательный стандарт требует развитие не только предметных результатов, но и метапредметных, и личностных результатов. В данной программе представлен авторский вариант комплексной игровой деятельности, позволяющий реализовать требования ФГОС во внеурочной деятельности.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол и волейбол. Технические приемы, тактические действия таят в себе большие возможности для укрепления здоровья, формирования жизненно важных двигательных навыков, совершенствования физических качеств.

Исследователи игровой деятельности подчеркивают их уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов. Игровая деятельность вырабатывает волю и характер, формирует умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Актуальность образовательной программы заключается в том, что она направлена на удовлетворение детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивающей физическое, духовное и нравственное развитие обучающихся. В наше время массовый детский спорт приобрел новое и весьма важное социальное значение.

Важным показателем качества образования является здоровье обучающихся. Программа «Школа мяча» направлена в первую очередь на укрепление здоровья и увеличения функциональных возможностей организма(развитие силы, быстроты, выносливости) обучающихся. Посредством баскетбола, волейбола и подвижных игр также развиваются волевые и лидерские качества, смелость, активность, целеустремленность, умение работать в коллективе.

Новизной решения данной программы является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы воспитанники формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Цели и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья школьников, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
- охрана и укрепление физического и психического здоровья младших школьников.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

1. Формирование:

- представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;

- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;
- пропаганда здорового образа жизни;
- Формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;
- отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств
 - а) повышение уровня выносливости (беговые упражнения),
 - б) укрепление основной группы мышц, увеличивая подвижность в суставах, улучшая координацию движений .

2. **Обучение:**

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

Направленность данной программы спортивно-оздоровительная. Программа реализуется в форме внеурочной деятельности. Спорту принадлежит значительная роль в воспитании молодого поколения страны. Спортивные занятия со школьниками служат составной частью их всестороннего развития, воспитания, здоровья. Спортивные игры играют особую роль во всестороннем физическом развитии школьников. Программа создана на основе курса спортивные игры, который является одним из разделов школьной программы. Кроме того, баскетбол и волейбол являются одними из ведущих видов спорта в организации внеурочной работы в общеобразовательном учреждении.

Педагогическая целесообразность программы проявляется в том, что во внеурочной деятельности «Школа мяча» особое внимание уделяется формированию личностных свойств характера обучающихся. Эти свойства, хотя и базируются на типе нервной системе, изменяются в физкультурно-спортивной направленности специально организованной деятельности. Их позитивная динамика определяется мотивацией обучающихся на здоровый образ жизни.

Физическую работоспособность можно развить систематическими тренировками. Доказано, что большинство детей могут достичь средних показателей в спорте. И это, безусловно, является стимулом для занятий физкультурой и спортом в детском и юношеском возрасте. Для обучающихся ощущение победы, успешности остается на всю жизнь,

что является результатом физического воспитания. Занятия физическими упражнениями развивают в учащихся такие качества, как выносливость, скорость и координацию.

Занятия баскетболом, волейболом и подвижными играми развивают смекалку и умение взаимодействовать в коллективе, помогают подросткам оценить свои возможности, развить чувство собственного достоинства, целеустремленность и волю к победе.

Уровень освоения:

соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма;

выполнять технические приемы и тактические действия;

контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятии;

играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;

демонстрировать жесты судьи;

В соответствии с учебным планом МБОУ Зеленовской СОШ для освоения курса внеурочной деятельности «Школа мяча» отводится 35 часов, из расчета 1 часа в неделю. Фактически курс будет реализован за 35 часов. Срок реализации программы 2023-2024г.

РАЗДЕЛ II. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Вид программного материала	Кол-во часов
1.	Основы знаний и техника безопасности	В процессе
2.	Подвижные игры	10
3.	Баскетбол	12
4.	Волейбол	13
	Итого	35

Основы знаний.

Требование к технике безопасности. Первая помощь при травмах. Понятие утомление, переутомление. Профилактика переутомления. Контроль и самоконтроль уровня физической нагрузки. Краткая характеристика видов спорта, отличия спортивных и подвижных игр.

Подвижные игры.

Виды подвижных игр. История возникновения. Становление правил игры. Организация подвижных игр. Тактические приемы. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Баскетбол.

Правила игры. Стойки, перемещения, повороты, остановки. Ведение, ловля и передача мяча. Бросок по кольцу. Тактика игры Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Волейбол.

Правила игры. Стойки, перемещения, повороты, остановки. Прием и передача мяча. Поддача мяча. Прием мяча после поддачи. Тактика игры. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

РАЗДЕЛ III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ШКОЛА МЯЧА»

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа мяча» обучающиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Расти здоровым» обучающиеся **смогут получить знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях школы мяча;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях школы мяча;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;

- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

Виды контроля:

текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала) осуществляется педагогом в форме наблюдения;
промежуточный контроль проводится один раз в полугодие в форме итоговая аттестация, проводится в конце каждого учебного года, в форме тестирования, выполнение тестовых упражнений по определению уровня освоенных навыков, а также учебная игра (баскетбол).

РАЗДЕЛ IV. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Номер урока	Название темы	Кол-во часов	Образовательные ресурсы	Форма проведения занятий	Дата проведения	Корректировка (в случае необходимости)
	Подвижные игры	10				
1.	Основы знаний. Игра Лапта.т/б	1	https://resh.edu.ru/subject/	Теория. Игровая практика	07.09.	
2.	Игра «Лапта»	1	http://www.fizkul-turavshkole.ru/	ОФП.	14.09.	
3.	Игра «Лапта»	1		Такт. ОФП.	21.09.	
4.	Игры .Ловкие и меткие. Салки.	1		Такт. СФП.	28.09	
5.	Эстафеты с элементами баскетбола.	1	https://multiurok.ru/all-sites/fizkultura	Тест .Интерг.	05.10	
6.	Эстафеты с элементами баскетбола.	1	http://fizkultura-na5.ru/	СФП. Техн.	12.10	
7.	Игры. Перестрелка. Погоня.	1	http://fizkultura-na5.ru/	ОФП. Техн.	19.10	
8.	Игры. Вызов номеров .Попади в мяч.	1		СФП. ОФП.	26.10	

9.	Эстафеты с элементами баскетбола.	1		СФП. ОФП.	09.11	
10.	Игры. Охотники и утки .Погоня.	1	https://fk-i-s.ru/	Теория. Игровая практика	16.11	
	Баскетбол	12				
11.	Основы знаний. Ведение, броски мяча.т/б	1		Теория. Игровая практика	23.11	
12.	Ведение остановка, поворот. Игровая практика.	1	https://fk-i-s.ru/	СФП. Техн.		
13.	Повторение различных передач. Игровая практика.	1	https://www.uchportal.ru/load/101	СФП. ОФП.	30.11	
14.	Ловля и передача мяча. Игровая практика.	1		СФП. Техн.	07.12	
15.	Тактика защиты .Игровая практика.	1		Интегр ОФП.	14.12	
16.	Тактика нападения .Игровая практика.	1	http://www.fizkult-ura.ru/	СФП. ОФП.	21.12	
17.	Броски мяча в корзину .Игровая практика.	1		СФП .Такт.	28.12	
18.	Ведение мяча .Передачи мяча.	1	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9	Теория. Игровая практика	11.01	
19.	Броски мяча в корзину .Стойка игрока.	1	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9	Интегр.	18.01	
20.	Броски мяча в корзину .Игровая практика.	1	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/	Теория. Такт.	25.01	

			<u>9</u>			
21.	Передача мяча в тройках. Игровая практика.	1	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9	Теория. Игровая практика	01.02	
22.	Ловля и передача мяча. Игровая практика.	1	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9	СФП ОФП.	08.02	
	Волейбол	11				
23.	Основы знаний .Прием мяча снизу.т/б	1	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9	Теория. ОФП.	15.02	
24.	Передача мяча сверху. Пионербол.	1	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9	ОФП. Интегр.	22.02	
25.	Подача мяча сверху .Пионербол.	1	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9	Интерг. Игровая практика	29.02	
26.	Подача мяча снизу. Пионербол.	1	http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com	Интерг. Игровая практика	07.03	
27.	Передача мяча сверху и снизу.	1	http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=229	СФП.ОФП.	14.03	

			24&tmpl=com			
28.	Игровые задания .Игровая практика.	1	http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com	Теория. СФП.	21.03	
29.	Основы знаний .Прием мяча снизу.т/б	1	http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com	ОФП. Такт.	04.04	
30.	Передача мяча сверху. Пионербол.	1	https://fk-i-s.ru/	ОФП. Техн.	11.04	
31.	Подача мяча сверху .Пионербол.	1	https://fk-i-s.ru/	Интерг. Теория.	18.04	
32.	Подача мяча снизу. Пионербол.	1	https://fk-i-s.ru/	Теория. Такт.	25.04	
33.	Передача мяча сверху и снизу.	1	https://fk-i-s.ru/	Теория. Такт.	02.05	
34.	Игровые задания .Игровая практика.	1	https://www.uchportal.ru/load/101	Интегр.	16.05	
35.	Игровые задания. Пионербол	1	https://fk-i-s.ru/	Игровая практика	23.05	

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
(календарно-тематическое планирование)

ФИО учителя _____

Предмет _____

Класс _____

Учебный год _____

№ урока	Даты по основному КТП	Тема урока по основному КТП	Дата проведения по факту	Тема урока по факту	Причина корректировки	Способ корректировки	Дата согласования с зам. директора по УВР или ВР дата и роспись

