

Ростовская область Октябрьский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа №19



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности спортивно – оздоровительного направления
«Весёлый мяч»
(указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)
начальное общее 2,3 классы
(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Количество часов 34 согласно календарному графику работы школы
на 2019-2020 учебный год 32 часа

Учитель _____ Андрух Марина Станиславовна
(Ф.И.О.)

Программа разработана на основе
Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Стандарты второго поколения); примерных программ внеурочной деятельности; Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-4 класс В.И. Лях М.: Просвещение 2016 год

(указать примерную программу/программы, издательство, год издания при наличии)

Планируемые результаты реализации программы "Весёлый мяч" 2, 3 классы

Личностные универсальные учебные действия

У обучающихся будут сформированы:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Обучающиеся получают возможность для формирования умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Регулятивные универсальные учебные действия

У обучающихся будут сформированы:

- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- различать способ и результат действия.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия.

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающиеся научатся:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.

Коммуникативные универсальные учебные действия

У обучающихся будут сформированы умения:

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- взаимодействию, ориентация на партнёра, сотрудничеству и кооперации (в командных видах игры);
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им.

Предметные результаты

Обучающиеся научатся:

понимать: роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья; знать:

- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- терминологию, связанную с проведением игр;
- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях; - выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения; → организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры.

Содержание «Весёлый мяч» 2,3 классы

В предложенной программе выделяются три раздела:

1. Теоретические знания.
2. Общая физическая подготовка.
3. Специальная подготовка.

В разделе **«теоретические знания»** представлен материал, способствующий расширению знаний обучающихся о собственном организме; о гигиенических требованиях; об избранном виде спорта.

В разделе **«общефизической подготовки»** даны упражнения, строевые команды и другие двигательные действия. Общефизическая подготовка способствует формированию общей культуры движений, развивает определенные двигательные качества.

В разделе **«специальной подготовки»** представлен материал по игре в мяч способствующий обучению техническим и тактическим приемам.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий.

В предложенной программе представлены следующие виды подвижных игр:

1. Охотники и утки. Цель игры: развитие глазомера, ловкости.
2. Лови-бросай! Цель игры: развитие ловкости, координации движений.
3. Удочка. Цель игры: развитие ловкости, координации движений.
4. Гуси-лебеди. Цель игры: обучение основным видам движения (прыжкам).
5. Караси и щука. Цель игры: обучение основным видам движения (прыжкам), развитие координации движения и ловкости.
6. Кружева. Цель игры: обучение передвижению, развитие ловкости, умение бросания мяча.
7. Дедушка-рожок. Цель игры: развитие глазомера, ловкости.
8. Попробуй поймай. Цель игры: развитие силовой выносливости, быстроты реакции.
9. Кто быстрее? Цель игры: обучение основным видам движения (прыжкам), развитие координации движения и ловкости, тренировка глазомера.
10. Прихлопни комара. Цель игры: обучение основным видам движения (прыжкам), развитие координации движения и ловкости, тренировка глазомера.
11. Мяч в кругу. Цель игры: обучение передвижению, развитие ловкости, умение бросания мяча.
12. День и ночь. Цель игры: развитие силовой выносливости, быстроты реакции.

Формы занятий: объяснение, рассказ, команды, указания; показ упражнения, многократные повторения общефизических упражнений, игровая и соревновательная деятельность.

Виды деятельности:

- проведение бесед об истории и правилах спортивных игр с мячом;
- демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры и т.д.;
- освоение детьми техникой игры с мячом состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках, без передачи его партнёру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения);
- перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами;
- применение мелких предметов для развития мелких мышц рук;
- использование различных видов мячей для ОРУ;
- использование дыхательных упражнений;
- проведение ритмической гимнастики;
- использование упражнений на расслабление.

Тематическое планирование «Весёлый мяч» 2,3 классы

№	Дата план	Дата факт	Тема	Количество часов
1.	3.09		Инструктаж по ТБ по подвижным играм. Ознакомление с правилами игр. Строевые упр.	1
2.	10.09		Передачи и ловля мяча. Броски мяча в парах с трёх шагов.	1
3.	17.09		Техника перемещений. Передачи и ловля мяча. Броски мяча в парах с трёх шагов. Упражнения на пресс. Игра «Лови – бросай!..».	1
4.	24.09		Совершенствование техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести. Игра «Гуси-лебеди».	1
5.	1.10		Применения обманных движений в игре. Развитие ловкости. Игра «Кружева».	1
6.	8.10		Применения обманных движений в игре. Техника подачи мяча. Развитие ловкости. «Попробуй, поймай».	1
7.	15.10		Отработка технических и тактических приёмов в игре. сторонняя игра. Развитие ловкости. «Прихлопни комара».	1
8.	22.10		Игра с применением технических и тактических приёмов игры. Игра «Караси и щука».	1
9.	5.11		Отработка технических элементов игры. Развитие прыгучести. Игра «Гуси-лебеди».	1
10.	12.11		Отработка технических и тактических приёмов в игре. Развитие ловкости. Игра «Дедушка-рожек»	1
11.	19.11		Применения обманных движений в игре. Развитие ловкости.	1
12.	26.11		Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры. Игра «Гуси-лебеди».	1
13.	3.12		Техника перемещений. Передачи и ловля мяча. Броски мяча в парах с трёх шагов. Игра «Лови – бросай!..».	1
14.	10.12		Развитие прыгучести. Игра «Караси и щука»	1
15.	17.12		Применения обманных движений в игре. Развитие ловкости. Игра «Кружева».	1
16.	24.12		Применения обманных движений в игре. Техника подачи мяча. Развитие ловкости. «Кто быстрее?» Развитие ловкости. Игра «День и ночь».	1
17.	14.01		Игра с применением технических и тактических приёмов игры. Игра «Гуси-лебеди».	1
18.	21.01		Отработка технических и тактических приёмов в игре. Развитие ловкости. Игра «Попробуй, поймай»	1
19.	28.01		Отработка технических и тактических приёмов в игре. Игра «Кто быстрее?».	1
20.	4.02		Передачи и ловля мяча в парах. Игра «Прихлопни комара», «День и ночь».	1

21.	11.02		Передачи и ловля мяча в парах. Игра «Лови – бросай!..», «Удочка».	1
22.	18.02		Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук .	1
23.	25.02		Упражнения на совершенствование техники бросков. Игра «Треугольник».	1
24.	3.03		Игра с отработкой технических элементов. Совершенствование техники подачи мяча и приёма после подачи Игра «Гуси-лебеди».	1
25.	10.03		Игра с применением технических и тактических приёмов игры. Игра «Караси и щука».	1
26.	17.03		Игра с применением технических и тактических приёмов игры. Игра «Караси и щука».	1
27.	7.04		Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры. Игра «Гуси-лебеди».	1
28.	14.04		Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры. Игра «Гуси-лебеди».	1
29.	21.04		Совершенствование техники подачи мяча. Развитие ловкости.	1
30.	28.04		Совершенствование техники подачи мяча. Развитие ловкости.	1
31.	12.05		Отработка технических элементов игры. Совершенствование техники подачи мяча и приёма после подачи Игра «Караси и щука».	1
32.	19.05		Отработка технических и тактических приёмов в игре. Игра «Гуси-лебеди».	1

«СОГЛАСОВАНО»
 Заместитель директора по УВР
 _____/_____/_____
 _____ 201_ года

«УТВЕРЖДЕНО»
 Директор МБОУ ООШ № 19
 _____/ Л.С. Гончарова /
 _____ 201_ года

Лист корректировки рабочей программы (календарно-тематического планирования рабочей программы)

Предмет внеурочная деятельность «Весёлый мяч»

Класс _____ 2,3 _____

Учитель Андрух М.С. квалификационной категории первой

2019-2020 учебный год

№ урока	Дата по осн. КТП	Дата проведения	Тема	Количество во часов		Причина корректировки	Способ корректировки
				по плану	дано		
16 17	24.12 31.12	24.12	Применения обманных движений в игре. Техника подачи мяча. Развитие ловкости. «Кто быстрее?» Развитие ловкости. Игра «День и ночь».	2	1	31.12.19	Объединение тем
32 33	5.05 12.05		Отработка технических элементов игры. Совершенствование техники подачи мяча и приёма после подачи Игра «Караси и щука».			Выходной день 5.05.20	Объединение тем