

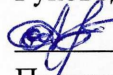
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Башкортостан

**Государственное казенное Серафимовское специальное учебно-
воспитательное общеобразовательное учреждение закрытого типа**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

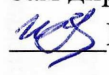
 Абдрахманова А.Ф.

Протокол № 1

« 22 » 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам директора по УР

 Шакирова И.Н.

« 23 » 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГКССУВОУЗТ

 Аднагулов Р.К.

Приказ № 281/1

« 24 » 08 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ»
4 КЛАСС**

с. Серафимовский

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Веселый мяч» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Целью учебной программы является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой. Реализация данной цели обеспечивается содержанием курса внеурочной деятельности.

Реализация цели рабочей программы соотносится с решением следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля над физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Программный материал составлен с учетом контингента воспитанников в условиях спецшколы. Основное внимание уделяется подвижным играм, которые совершенствуют физические качества и активно развивают сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Место курса внеурочной деятельности в учебном плане

На изучение курса внеурочной деятельности по физической культуре «Веселый мяч» по учебному плану отводится 1 час в неделю, 34 ч. за учебный год.

Содержание программы курса внеурочной деятельности

Содержание курса внеурочной деятельности «Веселый мяч» направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Данная программа является модульной и состоит из 3 модулей, каждый из которых предполагает организацию определенного направления спортивной деятельности школьников: футбол, волейбол, баскетбол. При этом модуль «Футбол» изучается в начале и конце учебного года.

Футбол

Ведение мяча. Удары по мячу. Остановка мяча.

Волейбол

Прием мяча сверху двумя руками. Прием мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Нападающий удар. Блокирование мяча.

Баскетбол

Ловля и передача мяча. Ведение мяча. Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействие. Отвлекающие приемы (финты).

Футбол

Прием и передача мяча. Ведение мяча. Удары по мячу. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Отбор мяча в подкате. Техника игры вратаря.

Формы проведения занятий.

Беседы;
Практические занятия;
Презентация;
Сдача нормативов;
Подвижные игры;
Игра в футбол, в волейбол, баскетбол;
Игра-эстафета;
Соревнования;
Товарищеские встречи.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- 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

В результате изучения курса внеурочной деятельности по физической культуре на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

Познавательные универсальные учебные действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;

- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Предметные результаты:

- иметь первоначальное представление о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека;
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
формировать навыки систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
выполнять освоенные технические действия спортивных игр: футбол, волейбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении);
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

Тематическое планирование

№	Тема раздела	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Футбол	6	https://infourok.ru https://resh.edu.ru/
2	Волейбол	14	https://guleon.wordpress.com https://guleon.wordpress.com
3	Баскетбол	8	https://resh.edu.ru/ https://www.fizkult-ura.ru/
4	Футбол	6	https://www.fizkult-ura.ru/ https://infourok.ru
	Итого	34	

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Коли – чество часов	Дата проведения занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	Футбол	6		
1	Ведение мяча	1		https://infourok.ru
2	Ведение мяча	1		https://infourok.ru
3	Удары по мячу	1		https://resh.edu.ru/
4	Удары по мячу	1		https://resh.edu.ru/
5	Остановка мяча	1		https://resh.edu.ru/
6	Остановка мяча	1		https://resh.edu.ru/
	Волейбол	14		
7	Прием мяча сверху двумя руками	1		https://guleon.wordpress.com
8	Прием мяча сверху двумя руками	1		
9	Прием мяча снизу двумя руками	1		https://guleon.wordpress.com
10	Прием мяча снизу двумя руками	1		https://infourok.ru
11	Передача мяча сверху двумя руками	1		https://infourok.ru
12	Передача мяча сверху двумя руками	1		
13	Передача мяча сверху двумя руками	1		https://guleon.wordpress.com
14	Передача мяча сверху двумя руками	1		https://infourok.ru
15	Нижняя прямая подача	1		https://infourok.ru
16	Верхняя прямая подача	1		https://infourok.ru
17	Нападающий удар	1		https://infourok.ru
18	Нападающий удар	1		
19	Блокирование мяча	1		https://resh.edu.ru/
20	Блокирование мяча	1		
	Баскетбол	8		
21	Ловля и передача мяча	1		https://resh.edu.ru/
22	Ловля и передача мяча	1		https://www.fizkult-ura.ru/
23	Ведение мяча	1		https://www.fizkult-ura.ru/
24	Ведение мяча. Штрафной бросок	1		https://www.fizkult-ura.ru/
25	Броски мяча в кольцо	1		
26	Броски мяча в кольцо	1		https://www.fizkult-ura.ru/
27	Овладение мячом и противодействие.	1		
28	Отвлекающие приемы (финты)	1		https://www.fizkult-ura.ru/
	Футбол	6		
29	Прием и передача мяча	1		https://www.fizkult-ura.ru/
30	Ведение мяча	1		https://www.fizkult-ura.ru/
31	Удары по мячу	1		
32	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1		https://www.fizkult-ura.ru/
33	Отбор мяча в подкате	1		https://www.fizkult-ura.ru/
34	Техника игры вратаря	1		
	Итого	34		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 классы: Учебник для общеобразовательных организаций. В.И. Лях.
– М.: «Просвещение», 2019

Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, ООО «АСТ», 1998.

Физическая культура. Методические рекомендации. 1—4 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций/ В. И. Лях. — 4-е изд. — М.: Просвещение, 2021.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/>

<https://infourok.ru>

<https://www.fizkult-ura.ru/>

<https://guleon.wordpress.com>

<https://vse-kursy.com/read/539-uroki-basketbola-onlain-dlya-nachinayuschih.html>

ОБОРУДОВАНИЕ

Мячи: баскетбольные, волейбольные, футбольные

Флажки: разметочные с опорой, стартовые

Лента финишная

Рулетка измерительная

Щит баскетбольный тренировочный

Сетка для переноски и хранения мячей

Сетка волейбольная

Свисток, секундомер