

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Республики Башкортостан
Муниципальное казенное учреждение отдел образования
муниципального района Республики Башкортостан
МБОУ Полилингвальная многопрофильная школа №9
МР Учалинский район РБ

РАССМОТРЕНО

Заседание ШМО учителей
начальных классов

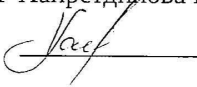


Байрамгалина З.Ш.

Протокол №1
от «31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

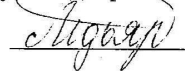
Заместитель директора по
УВР Хайретдинова Г.Л.



УТВЕРЖДЕНО

Директор

Мухамедьярова Э.Ф.



Приказа №27
от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
для обучающихся 1-4 классов

«Спортивные игры»

Учалы — 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный план разработан в соответствии с преемственностью с учебным планом на 2024-2025 учебный год, с учетом Базисного учебного плана общеобразовательных учреждений РФ (от 09.03.2004 №1312), в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 3 июня 2011г. №1994 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для общеобразовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 марта 2004г №1312»,

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010г. №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 3 марта 2011г., регистрационный № 19993)

Рабочая программа «Игровые виды спорта» в 3-4 классе составлена на основе примерной программы с учетом требований федерального образовательного стандарта второго поколения для начальной школы.

Тематическое планирование составлено на основе учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» (В.И.Лях, А.А. Зданевич. – М.:Просвещение, 2010г) и является частью Федерального учебного плана для образовательных учреждений Российской Федерации. В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе.

Цель – создание условий для развития физических качеств и сохранения здоровья учащихся через обучение технике баскетбола, привить потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Задачи

программы:

- дальнейшая всесторонняя физическая подготовка;
- повышение уровня общей и физической подготовленности;
- развитие быстроты, гибкости, ловкости;
- обучение основам техники перемещений, ведения и передачи мяча, броска по кольцу.
- обучение техническим действиям в нападении и защите;
- привитие интереса к соревнованиям,
- выполнение нормативных требований по общей специальной физической подготовки.

Цель образования в начальной школе- формирование у обучающихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи:

-укрепление здоровья школьников, посредством развития физических качеств и повышение функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма.

-совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках .

-обучение физическим упражнениям в таких видах спорта , как гимнастика, лыжные гонки.

-развитие быстроты, ловкости, силы, координации движений, гибкости.

-формирование общих представлений о здоровье и здоровом образе жизни.

Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

- обучение простейшим приемам контроля за физической нагрузкой и физической подготовленностью.

Для прохождения программы по физическому воспитанию в учебном процессе в начальной школе используется учебник Физическая культура 1-4 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /А.П. Матвеев- М:Просвещение,2010

В программе В.И. Ляха, А.А. Зданевича программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом

учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счёт увеличения элементов на базе ранее пройденных.

Важной особенностью образовательного процесса в начальной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся начинается со второго класса. Отличительной особенностью преподавания физической культуры в первом классе является игровой метод. Большинство заданий учащимся первого класса запланировано в форме игры.

По окончании начальной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведённых в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

Распределение учебного времени на прохождение базовой части программного материала по физической культуре в 3-4 классе составлено в соответствии с программой.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в начальной школе оцениваются по трем базовым уровням: личностным, предметным и метапредметным результатам.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В РЕЖИМЕ УЧЕБНОГО ДНЯ

Организация «спортивного часа» возлагается на воспитателей групп продленного дня, а проведение осуществляют учителя физической культуры, воспитатели, инструкторы физической культуры, учащиеся старших классов, однако перед началом таких занятий необходимо провести инструктаж по технике безопасности.

ВНЕКЛАССНАЯ РАБОТА

Данный раздел программы объединяет содержание внеклассных форм физического воспитания: в кружках физической культуры, спортивных секциях, группах общей физической подготовки, а также факультативные и консультативные занятия. Содержание занятий в различных формах внеклассной работы определяется с учетом возраста школьников.

Для спортивных секций материал по общей физической подготовке является единым. По специальной физической подготовке он представлен в программе отдельно по основным видам спорта. Количество спортивных секций и кружков по предложению учителей физической культуры определяется администрацией школы.

Цель внеклассных форм занятий состоит в том, чтобы на основе интересов и склонностей обучающихся углубить знания, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить их к регулярным тренировкам.

Личностные: формирования уважительного отношения к иному мнению; принятие и освоения социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

Предметные (объем освоения и уровень владения компетенциями);

Научиться: в доступной форме объяснять технику выполнения бросков одной рукой, анализировать и находить ошибки; эффективно их исправлять. *Получают возможность научиться:* оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий; доброжелательно объяснить ошибки и способы их устранения.

Метапредметные (компоненты культурно – компетентностного опыта /приобретённая компетентность): *Познавательные* – овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнять 4 умеют отвечать на вопросы, обобщать собственное представление . соотносить изученные понятия с примерами из реальной жизни; *Коммуникативные* - овладевают способностью слушать собеседника и вести диалог, диалогической формой речи;

Регулятивные – оценивают свои достижения на уроке.

Программный материал по подвижным играм
Учебно - тематическое планирование

п/п	Тема раздела, занятия	Содержание занятий	Учебно-методическое обеспечение		
1	Краткие исторические сведения о возникновении игры.	Изучение основ правил игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности	Меры безопасности на уроках физической культуры и внеклассной работе, автор В.Ю. Давыдов.- М.:Советский спорт, 2007.-140с	Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности	Меры безопасности на уроках физической культуры и внеклассной работе, автор В.Ю. Давыдов.- М.:Советский спорт, 2007.-140с
2	Общая физическая подготовка	повышение общей физической подготовленности, развитие специальных физических способностей	Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Официальные правила баскетбола,- под общей ред. Тестирование средствами баскетбола, автор Л.В.Плахова	закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Официальные правила баскетбола,- под общей ред. Тестирование средствами баскетбола, автор Л.В.Плахова
3	Специальная физическая подготовка	развитие специальных физических способностей	Опыт организации и методика проведения занятий с детьми в секции баскетбола, автор В.Б.Семёнов,Курган	овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча	Опыт организации и методика проведения занятий с детьми в секции баскетбола, автор В.Б.Семёнов,Курган
4	Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры	изучение и совершенствование основ техники и тактики игры; приобретение навыка групповой игры.	Официальные правила баскетбола,- под общей ред. К.И.Травника,- М.:ФиС, 2004 г 4.//Тестирование средствами баскетбола, автор Л.В.Плахова,ФК в школе-2000г- №4- с 15	овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча	Официальные правила баскетбола,- под общей ред. К.И.Травника,- М.:ФиС, 2004 г 4.//Тестирование средствами баскетбола, автор Л.В.Плахова,ФК в школе-2000г- №4- с 15

Таблица 2

Основная направленность	Классы	
	3	4
На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	«К своим флажкам» «Два мороза» «Пятнашки»	«Пустое место» «Белые медведи» _____ «Космонавты»
На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	«Прыгающие воробушки» «Зайцы в огороде» «Лисы и куры»	«Прыжки по полосам» «Волк во рву» «Удочка»
На закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	«Кто дальше бросит» «Точный расчет» «Метко в цель»	_____ _____ _____
На овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча	Ловля, передача, броски и ведение мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом и бегом)
На закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров; движений, реакции, ориентированию в пространстве	«Играй, играй, мяч не теряй» «Мяч водящему» «У кого меньше мячей» «Школа мяча» «Мяч в корзину» «Попади в обруч»	_____ _____ _____ _____
На комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями	При соответствующей игровой подготовке рекомендованные для 3 и 4 классов игры можно проводить в 1 и 2 классах	«Борьба за мяч» «Перестрелка» «Мини-баскетбол» «Мини - гандбол» Варианты игры в футбол
На знания о физической культуре	Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности	
Самостоятельные занятия	Броски, ловля и передача мяча, удары и остановки мяча ногами, ведение мяча на месте, в ходьбе и беге, выполняемые обеими руками и ногами	

Критерии оценивания(практические тесты)

№п/п	Наименование критерия	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
1	Бросок мяча по кольцу(кол-во раз)	0	1-3	4-5
2	Передача мяча в парах с четырех метров (кол-во раз)	1-4	5-10	10-15
3	Ведение мяча (сек.)	25с.	20-24с.	15-19 с.
4	Ловля мяча от стены с двух метров	1-5	6-10	11-15

Содержание курса

1.Краткие исторические сведения о возникновении игры.

Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма. Самоконтроль. Развитие баскетбола. Основы техники и тактики.

2.Общая физическая подготовка.

Развитие скоростной выносливости. Развитие прыгучести .Развитие координации.

Совершенствование скоростной выносливости. Совершенствование общей выносливости (кроссовая подготовка). Совершенствование координации. Совершенствование скоростно - силовых качеств. «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». «К своим флажкам» «Два мороза»

3. Специальная физическая подготовка

Стойки и передвижения. Ведение мяча. Бросок мяча по кольцу. Передача мяча в движении. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления движения. Броски по кольцу двумя руками от груди с места. Броски двумя руками от груди в движении после двух шагов и ведения. Стойка игрока, передвижение в стойке приставными шагами левым и правым боком, повороты. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Броски в кольцо одной рукой от плеча после ведения и двух шагов. Вырывание и выбивание мяча. Остановка прыжком. Перехваты мяча. Броски в кольцо в прыжке с расстояния 1,5-2 метров. Ловля высоко летящих мячей в прыжке после отскока от щита. Передача мяча в движении с сопротивлением. Штрафной бросок. Взаимодействие игроков в нападении защите. «Кто дальше бросит»,«Точный расчет»,«Метко в цель».«Мяч водящему».

4.Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры

Техника нападения. Техника защиты. Контрольные нормативы. Учебно-тренировочные игры. Товарищеские встречи. Участие в школьных соревнованиях .

Список литературы

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. под редакцией В.И.Лях,А.А.Зданевич,-М.: Просвещение , 2004 год.
2. Опыт организации и методика проведения занятий с детьми в секции баскетбола, автор В.Б.Семёнов,Курган, 1998г-43 с.
- 3.Официальные правила баскетбола,- под общей ред. К.И.Травника,-М.:ФиС, 2004 г
- 4.//Тестирование средствами баскетбола, автор Л.В.Плахова,ФК в школе-2000г- №4- с 15.
5. Школа мяча,под редакцией Н.И.Николаева.,СПб.:Детство-пресс,2008.-96 с.,
6. Меры безопасности на уроках физической культуры и внеклассной работе, автор В.Ю. Давыдов.-М.:Советский спорт, 2007.-140с.
- 7.История физической культуры и спорта/ под редакцией В.В.Столбова.-3-е изд., перераб.- Физкультура и спорт, 2001.-423с.,ил.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Формы проведения
1	Краткие исторические сведения о возникновении игры. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма.	Беседа, инструктаж
2	Краткие исторические сведения о возникновении игры. Самоконтроль.	Беседа
3	Краткие исторические сведения о возникновении игры. Развитие баскетбола.	Практическое занятие
4	Краткие исторические сведения о возникновении игры. Основы техники и тактики.	Практическое занятие
5	Общая физическая подготовка Развитие скоростной выносливости.	Практическое занятие
6	Общая физическая подготовка Развитие прыгучести	Практическое занятие
7	Общая физическая подготовка Развитие координации.	Практическое занятие
8	Общая физическая подготовка «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»	Практическое занятие
9	Общая физическая подготовка: Совершенствование скоростной выносливости.	Практическое занятие
10	Общая физическая подготовка: «К своим флажкам» «Два мороза»	Практическое занятие
11	Общая физическая подготовка: Совершенствование общей выносливости (кроссовая подготовка).	Практическое занятие
12	Общая физическая подготовка: Совершенствование координации.	Практическое занятие
13	Специальная физическая подготовка: Стойки и передвижения.	Практическое занятие
14	Специальная физическая подготовка: Ведение мяча.	Практическое занятие
15	Специальная физическая подготовка: «Кто дальше бросит», «Точный расчет», «Метко в цель»	Практическое занятие
16	Специальная физическая подготовка: Бросок мяча по кольцу.	Практическое занятие
17	Специальная физическая подготовка: Передача мяча в движении.	Практическое занятие
18	Специальная физическая подготовка: «Мяч водящему»	Практическое занятие
19	Специальная физическая подготовка: Ловля и передача мяча в движении.	Практическое занятие
20	Специальная физическая подготовка: Ведение мяча с изменением направления движения.	Практическое занятие
21	Специальная физическая подготовка: Броски по кольцу двумя руками от груди с места.	Практическое занятие
22	Специальная физическая подготовка: Броски двумя руками от груди в движении после двух шагов и ведения.	Практическое занятие

23	Специальная физическая подготовка: Стойка игрока, передвижение боком, 2 поворота.	Практическое занятие
24	Специальная физическая подготовка: Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча.	Практическое занятие
25	Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры: Техника нападения.	Практическое занятие
26	Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры: Техника защиты.	Практическое занятие
27	Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры: Контрольные нормативы.	Практическое занятие
28	Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры: «Перестрелка»	Практическое занятие
29	Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры: Товарищеские встречи.	Практическое занятие
30	Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры: «Школа мяча» «Мяч в корзину»	Практическое занятие
31	Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры: «Перестрелка»	Практическое занятие
32	Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры: «Школа мяча» «Мяч в корзину»	Практическое занятие
33	Правила игры в баскетбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры: «Школа мяча» «Мяч в корзину»	Практическое занятие
34	Обучение и совершенствование техники и тактики игры баскетбол: двухсторонняя игра	Практическое занятие