

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Школа мяча»

3 класс

Пояснительная записка

Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся. Внеурочная деятельность понимается сегодня преимущественно как деятельность, организуемая во внеурочное время для удовлетворения потребностей учащихся в содержательном досуге, их участии в самоуправлении и общественно полезной деятельности. В настоящее время в связи с переходом на новые стандарты второго поколения происходит совершенствование внеурочной деятельности. Правильно организованная система внеурочной деятельности представляет собой ту сферу, в условиях которой можно максимально развить или сформировать познавательные потребности и способности каждого учащегося, которая обеспечит воспитание свободной личности. Воспитание детей происходит в любой момент их деятельности. Однако наиболее продуктивно это воспитание осуществлять в свободное от обучения время. Посещая кружки, учащиеся прекрасно адаптируются в среде сверстников, благодаря индивидуальной работе руководителя, глубже изучается материал.

Данная программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности младших школьников и предназначена для реализации в 3 классе. Программа рассчитана на 34 часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям. Одно занятие в неделю по 35 минут. Программа состоит из трех относительно самостоятельных разделов: выполнение упражнений направленных на освоение элементарных технических приемов волейбола -12 часов; выполнение упражнений направленных на освоение элементарных технических приемов баскетбола-12 часов; выполнение упражнений направленных на освоение элементарных технических приемов мини-футбола- 10 часов.

Программа предусматривает следующие **цели**:

- во-первых, способствовать освоению школьниками основных социальных норм, необходимых им для полноценного существования в современном обществе - в первую очередь это нормы ведения здорового образа жизни, нормы сохранения и поддержания физического, психического и социального здоровья;
- во-вторых, способствовать развитию позитивного отношения школьников к базовым ценностям современного российского общества – в первую очередь к таким ценностям, как человек, здоровье, природа, труд, семья, Отечество;
- в- третьих, способствовать приобретению школьниками нового ценностно-окрашенного социального опыта, на основе которого они смогли бы в будущем выстраивать собственное социальное поведение.

В процессе реализации данной программы предполагается решение следующих **задач**:

- мотивирование школьников к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;
- формирование и развитие детских общностей и коллективов, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности;
- укрепление здоровья школьников 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 игровых видов спорта (волейбол, баскетбол, футбол).

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в здоровье, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга; обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Примерное содержание занятий:

Волейбол: прием мяча снизу двумя руками вперед; передача сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижная игра «Пионербол», «Салки с мячом».

Баскетбол: ведение мяча с изменением направления; ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах двумя руками от груди; бросок мяча по кольцу двумя руками из-за головы, стоя на месте; специальные передвижения без мяча; подвижная игра «Перестрелка», «Десять передач».

Футбол: удар ногой, с разбега, по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную и вертикальную цель; ведение мяча между предметами и обводка предметов; варианты игры в футбол, игра «Гонка мячей по кругу», «Точная передача».

Для закрепления и совершенствования держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве используются подвижные игры.

Тематическое планирование

№	Дата	Тема
1		Прием мяча снизу двумя руками
2		Прием мяча снизу двумя руками
3		Прием мяча снизу двумя руками
4		Передача мяча двумя руками сверху вперед-вверх
5		Передача мяча двумя руками сверху вперед-вверх
6		Передача мяча двумя руками сверху вперед-вверх
7		Нижняя прямая подача
8		Нижняя прямая подача
9		Нижняя прямая подача
10		Подвижные игры
11		Подвижные игры
12		Подвижные игры
13		Ведение мяча с изменением направления
14		Ведение мяча с изменением направления
15		Ведение мяча с изменением направления
16		Бросок мяча по кольцу двумя руками из-за головы
17		Бросок мяча по кольцу двумя руками из-за головы
18		Бросок мяча по кольцу двумя руками из-за головы
19		Специальные передвижения без мяча
20		Специальные передвижения без мяча
21		Специальные передвижения без мяча
22		Подвижные игры
23		Подвижные игры
24		Подвижные игры
25		Удар по мячу с разбега в верхний(нижний) угол ворот

26		Удар по мячу с разбега в верхний(нижний) угол ворот
27		Удар по мячу с разбега в верхний(нижний) угол ворот
28		Ведение мяча между предметами, обводка предметов
29		Ведение мяча между предметами, обводка предметов
30		Ведение мяча между предметами, обводка предметов
31		Варианты игры в футбол
32		Варианты игры в футбол
33		Варианты игры в футбол
34		Варианты игры в футбол

Ожидаемые результаты реализации программы

Воспитательные результаты внеурочной спортивно – оздоровительной деятельности школьников распределяются по трем уровням.

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии спортом, о способах и средствах самозащиты, о принятых в обществе нормах отношения к природе, о русских народных играх; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах организации досуга людей.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и организации их досуга; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

При достижении трех уровней результатов внеурочной деятельности возрастает вероятность появления эффектов воспитания и социализации школьников.

Список литературы:

1. Григорьев Д.В., Степанов П. В. Внеурочная деятельность школьников.- М.: Просвещение, 2014
2. Былеева Л. В., Коротков И. М. Подвижные игры.- М.: Физкультура и спорт,
3. Семенов Л. П. Советы тренерам.- М.: Физкультура и спорт,
4. Раухмауль З. Сто маленьких игр.- М.: Физкультура и спорт.
5. Железняк Ю. Д., Кунянский В. А. Волейбол.- М.: Гранд,
6. Гомельский А. Я. Баскетбол.- М.: Гранд, 1
7. Погадаев Г. И., Мишин Б. И. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе.- М.: Дрофа,
8. Лях В. И., Зданевич А. А. Комплексная программа физического воспитания. – М.: Просвещение,