

№ п/п	Разделы	Комментарии
1.1	Цели и задачи	Данная программа разработана для внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности для учащихся 1-4 классов Внеурочная деятельность является важной частью физического воспитания младшего школьника и создает максимально благоприятные условия для раскрытия не только его физических, но и духовных способностей, его самоопределения. Современное образование предъявляет высокие требования к учащимся и их здоровью. Тем самым, школа должна создать условия, способствующие сохранению и укреплению физического и психического здоровья, условий для самоопределения и творческой самореализации личности. Данная программа составлена в соответствии с основными положениями ФГОС НОО, представляет собой углубленный и расширенный курс дисциплины «Физическая культура», раздел «Спортивные игры» авторов 1) Матвеев А.П. «Физическая культура 1, 2 класс» 2) Петрова Т.В, Копылова Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С. «Физкультура 3, 4 классы», Цели: ➤ Воспитание всесторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации учебной деятельности и организации активного отдыха. Задачи: ✓ Сохранение и укрепление здоровья. ✓ Создание полноценных условий для реализации двигательной потребности. ✓ Формирование знаний о физкультурно-оздоровительной деятельности и ее связи с культурно-историческими и медико-биологическими основами, а также ее значении для жизнедеятельности. ✓ Формирование базы основных двигательных навыков и умений, широко используя игровую деятельность. ✓ Средствами спортивной игры способствовать формированию и совершенствованию специфической физической подготовленности и физического развития. ✓ Способствовать психоэмоциональному воспитанию личности в специально созданных условиях спортивного состязания. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к окружающим людям, честности, отзывчивости, смелости. ✓ Прививать потребность вести самоконтроль своего здоровья, функционального состояния организма, физическим развитием. ✓ Формировать базовые знания о коррекции функционального состояния после перенесенного заболевания или травмы.
1.2	Описание места учебного предмета «Физическая культура» в	Количество занятий по данной программе соответствует 2 часа в неделю в течение 36 недель, во внеурочное время. Занятия составлены с учетом возраста, пола и физической подготовленности обучающихся. Программа состоит из разделов: баскетбол, волейбол, футбол, Программой предусмотрено

	учебном плане ДО	проведение стартового, промежуточного и итогового диагностирования уровня физического развития и физической подготовки соответствующей специфике спорта.
2	Планируемые результаты изучения	Личностными результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих умений: - определять простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве на принципах уважения, доброжелательности, сопереживания и взаимопомощи; - управлять своими эмоциями и проявлять положительные качества личности в различных игровых и других ситуациях; - проявлять упорство, трудолюбие и дисциплинированность в достижении поставленных целей; - умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций, оказывать посильную помощь своим сверстникам; - формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. Метапредметные результаты: Регулятивные УУД: - овладение способностью планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей; - определение общей цели и путей её достижения; - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи и отношения между объектами и процессами; - умение договариваться о распределении ролей и функций в игровой деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение других учеников; - умение конструктивно разрешать конфликты с учетом интереса сторон; Познавательные УУД: - умение самостоятельно добывать новые знания об истории игр, о правилах проведения, судействе из различных источников; перерабатывать информацию и делать выводы; - преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игр, придумывать свои формы игры. Коммуникативные УУД: - умение формулировать собственное мнение и доносить свою позицию до других; - умение слушать и объяснять правила игры и различных игровых заданий; - учитывать различные мнения, сотрудничать, договариваться и приходить к общему мнению, в том числе в ситуации столкновения интересов; - адекватно оценивать и выполнять правила игры, различные роли в группах и командах; - с уважением относиться к соперникам; Предметные результаты. Первостепенными результатами реализации программы являются: физическая подготовленность и высокий уровень развития двигательных навыков и умений: - представлять игры как средство укрепления здоровья,

		физического развития и физической подготовки ученика; - организовывать и проводить со сверстниками подвижные и спортивные игры с разной направленностью, уметь осуществлять судейство; - соблюдать технику безопасности во время игр на спортивных площадках, спортивном зале, на стадионе; - оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебных заданий и во время игры; - взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных, спортивных игр и соревнований; - в доступной форме объяснять технику выполнения двигательных действий, анализировать, находить ошибки и исправлять их; - выполнять технические действия из базовых видов спорта и применять их в соревновательной и игровой деятельности; - осознание учащимися необходимости заботы о своем здоровье, уметь планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, правильно организовывать отдых и досуг с использованием различных средств физической активности; - формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием и показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости). - умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения в изменяющихся, вариативных условиях. <i>Формы подведения итогов реализации программы — участие в спортивно - игровой программе с участием учащихся и родителей, тест на проверку уровня здоровья.</i>
3	Содержание учебного предмета «Физическая культура»	<i>Баскетбол (35 часов):</i> История, правила игры, площадка для игры, инвентарь. Предупреждение травм. Особенности разминки. Требования к физической подготовке, контрольные тесты. Стойка баскетболиста. Передача мяча в движении, на месте. Групповые передачи мяча. Передача и ловля мяча на месте, с отскоком от пола и без в сочетании с движением. Броски мяча с различной дистанции, двушажная техника. Ведение мяча. Игра на 1 кольцо по правилам стритбола. <i>Волейбол (25 часов):</i> История, правила игры, площадка для игры, инвентарь. Предупреждение травм. Особенности разминки. Требования к физической подготовке. Стойка волейболиста. Передача мяча над собой, в стену. Прием мяча, удар по мячу. Поддача мяча сверху и снизу. Игра через сетку по упрощенным правилам контрольные тесты. <i>Футбол (12 часов):</i> История игры и ее правила. Предупреждение травм. Особенности разминки. Требования к физической подготовке, контрольные тесты. Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема стопы. Остановка катящегося мяча внутренней стороной топы. Передней частью подъема, подошвой. Ведение мяча носком стопы.
4	Форма организации обучения:	Командная, малыми группами, индивидуальная.
5	Мониторинг результатов	<i>Баскетбол.</i> Контрольное упражнение – прямая передача мяча в парах (15 сек) расстояние 5м. Ведение мяча змейкой на время,

	усвоения программы	ведение мяча в высокой и низкой стойке, передача в парах на месте и в движении, знать и уметь играть по правилам на одно кольцо. Судейство: знать основные правила игры. Уметь узнавать технические ошибки, нарушения в игре. <i>Волейбол.</i> Контрольное упражнение – прием мяча снизу (15 сек). Выполнять подачу снизу. 5 попыток, прием мяча в низкой стойке, передача в парах на месте, выполнять подачу мяча снизу, знать и уметь играть по упрощенным правилам. Судейство: знать основные правила игры. Уметь узнавать технические ошибки, нарушения в игре. <i>Футбол.</i> Контрольное упражнение ведение мяча «змейкой» разными способами.
6	Предполагаемый результат деятельности	1.Повышение уровня физической подготовленности младших школьников. 2.Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения. 3.Снижение последствий умственной нагрузки. 4.Способствовать развитию коллективизма в детском коллективе.

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Кол-во часов
1	Баскетбол	35
2	Волейбол	25
3	Футбол	12
Всего		72

Список литературы для родителей

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77 с.
2. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 95 с.
3. Гуревич И.А. Физическая культура и здоровье. 300 соревновательно-игровых заданий/ И.А. Гуревич. – Минск: Вышэйшая школа, 2011
4. Голощапов Б.Р. история физической культуры и спорта: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 312 с.
5. Лепешкин В.А. Бадминтон для всех/ В.А. Лепешкин. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 109 с. – (Все про sport).
6. Настольная книга учителя физической культуры/под ред. Проф. Л.Б. Кофмана; Авт.-сост. Г.И. Погадаев; предисл. В.В. Кузина, Н.Д. Никандрова. –М.: Физкультура и спорт,1998. – 496 с. Ил.
7. Физическая культура: 1-4 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций/ Т.В. Петрова, Ю.А Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. – М.: Вентана –Граф, 2018. – 96с.: ил.: вкл.

Список литературы для обучающихся

1. Физическая культура: 1-2 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций/ Т.В. Петрова, Ю.А Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. – М.: Вентана –Граф, 2018. – 77с.: ил.: вкл.
2. Физическая культура: 3-4 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций/ Т.В. Петрова, Ю.А Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. – М.: Вентана –Граф, 2018. – 96с.: ил.: вкл.