

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ПЕРМСКОГО КРАЯ
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г.ПЕРМИ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ТЕХНО-ШКОЛА ИМЕНИ ЛЕТЧИКА-КОСМОНАВТА СССР, ДВАЖДЫ ГЕРОЯ
СОВЕТСКОГО СОЮЗА В.П. САВИНЫХ" Г. ПЕРМИ**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом МАОУ
«Техно-Школа им. В.П. Савиных»
г.Перми

Протокол №7 от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ «Техно-Школа им.
В.П. Савиных» г.Перми

Каменев С.В.

Приказ №059-08/129-01-411
от «01» сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Школа мяча»

для обучающихся 2 классов

Составитель: Быстрых Н.И.

г.Пермь

2023

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Школа мяча» для 1 – 2 класса на 2023 – 2024 учебный год составлена на основе нормативных документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ.
2. Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 N 373 (ред. от 29.12.2014) "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 22.12.2009 N 15785)
3. Примерной основной образовательной программы начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15)
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19\12.2012г. № 1067 «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию на 2013/2014 учебный год».

Актуальность программы.

Среди многих факторов (социально-экономических, демографических, культурных и др.), которые оказывают влияние на состояние здоровья детей, по интенсивности воздействия физическое воспитание занимает особое место. Ведь чем активнее вовлечение ребенка в мир движений, тем богаче и интереснее его физическое и умственное развитие, крепче здоровье. Движения необходимы ребенку, так как они способствуют совершенствованию его физиологических систем и, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.

Выявлено, что дети нашего региона испытывают «двигательный дефицит». Не секрет, что из-за плохой погоды осенью, продолжительных морозов, короткого светового дня, возрастающих познавательных интересов детей (просмотр мультфильмов, компьютерные игры и др.) дети много времени проводят в статичном положении (за столами, у телевизора, компьютера). Это вызывает утомление определенных мышц, нарушение обмена веществ и энергии, ведёт к снижению сопротивляемости организма к изменяющимся внешним условиям, ухудшению здоровья. В связи с этим, именно у детей 1 – 2 – х классов уже могут сформироваться вредные привычки малоподвижного образа жизни. На фоне прогрессирующей гиподинамии актуальной стала задача формирования у детей интереса к движению, физической культуре и спорту. Повышение эффективности физического воспитания детей именно старшего дошкольного возраста чрезвычайно важно, так как в этом возрасте закладываются основы физического развития человека. Программа составлена на основе спортивных игр: баскетбол, футбол, волейбол, обеспечивает необходимый и достаточный уровень развития ребенка для успешного освоения им в дальнейшем основной общеобразовательной Программы начального общего образования по предмету «Физическая культура».

Данная программа была разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в:

- поддержке разнообразия детства;
- сохранении уникальности и самоценности детства;
- реализации программы в формах, специфических для детей 1 – 2 класса, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности;
- принципе индивидуально-дифференцированного подхода- поддержке инициативы детей в различных видах деятельности»;

- приобщении детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

Цели и задачи программы

Целью программы является освоение техники игры в футбол, баскетбол, и волейбол, способствование совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, а также достижение оптимальной двигательной активности с учетом интеграции образовательных областей, направленных на охрану и укрепление физического и психологического здоровья дошкольников

Реализации этой цели будет способствовать решение следующих **задач**:

Образовательные:

- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование, разучить индивидуальную тактику;
- формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом;
- обучать правилам и элементам спортивных игр: волейбол, баскетбол, футбол;
- познакомить дошкольников с историей мяча и спортивных игр;
- учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей)

Воспитательные:

- формировать интерес к физическим упражнениям с мячом и спортивными играм;.
- воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;
- воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях;
- воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Развивающие:

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, глазомер умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

Формы, методы и приемы

обучения

Основные формы в процессе реализации Программы: беседы; игры; инструктажи; разучивание комплексов; специально организованная секция; игровые упражнения (групповые, подгрупповые, индивидуальные) по овладению техникой игры с мячом; спортивные праздники и развлечения, тестирование и медико - педагогический контроль. **Методы:**

- **наглядный метод**, обеспечивающий яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений, необходимых для возникновения у ребенка наиболее полного и конкретного представления о движении, активизирующий развитие его сенсорных способностей;
- **словесный метод**, обращенный к сознанию детей, помогающий осмысливанию поставленной перед ними задачи и в связи с этим сознательному выполнению двигательных упражнений;
- **практический метод**, связанный с практической двигательной деятельностью детей, обеспечивающий действенную проверку правильности восприятия движения на собственных мышечно-моторных ощущениях;
- **игровой метод**, дает возможность одновременного совершенствования разнообразных двигательных навыков, самостоятельности действий, быстрой ответной реакции на изменяющиеся условия, проявления творческой инициативы;
- **соревновательный метод**, используется преимущественно в старших группах детского сада в целях совершенствования уже приобретенных двигательных навыков (но не состязания и борьбы за первенство).

Наглядные методические приемы:

- **зрительная наглядность**, заключается в правильной, четкой, красивой демонстрации - показе педагогом образца движения или его отдельных двигательных элементов; в имитации, подражании образам окружающей жизни; в использовании зрительных ориентиров при преодолении пространства; использовании наглядных пособий слайдпрограмм, иллюстраций, фотографий, схем, картин и т. п.;
- **тактильно- мышечная наглядность**, используется путем включения физкультурных пособий в двигательную деятельность детей;
- **слуховая наглядность**, представляет собой звуковую регуляцию движений. Лучшей слуховой наглядностью является музыка (песня). Она вызывает у детей эмоциональный подъем, определяет характер движения и регулирует его темп и ритм.

Результат

Планируемые результаты освоения программы включают в себя развитие не только представлений о спорте, но и применении приобретенных навыков и умений. Выполнение программы должно помочь сформировать социальную личность. Достижение абсолютных результатов, представленных в программе не является самоцелью, это лишь значимые для воспитанников ориентиры на пути их личного становления перед поступлением в школу. **Требования к уровню освоения знаний — знать:**

– историю зарождения волейбола, баскетбола, футбола; правила ведения счета в волейболе, футболе; доступные приемы спортивного самомассажа; спортивную терминологию; правила поведения и технику безопасности на спортивной площадке.

К концу первого года обучения дети должны уметь:

- действовать по сигналу инструктора по физической культуре, быстро реагировать на сигнал;
- играть с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод); *Бросать и ловить мяч:*
- двумя руками снизу-вверх;
- двумя руками снизу-вверх с хлопком впереди;
- передача в парах двумя руками снизу;
- передача в парах двумя руками из-за головы;
- передача в парах двумя руками от груди;
- передача мяча друг другу;
- выбрасывание мяча ногой вперед.

Метать мяч:

- с расстояния 2 – 2,5 м. в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;
- в вертикальную цель с 3-4 м.;
- в баскетбольный щит с места;
- метать набивной мяч, с расстояния 2 – 2,5 м. в цель (ворота).

Отбивать мяч:

- на месте правой и левой рукой;
- на месте правой с передачей из правой руки в левую; - правой, левой рукой с продвижением вперед; - ловить мяч ногой.

**Содержательный раздел.
Учебно-тематическое планирование**

| № | Раздел | Кол-во |
|----|--------------------------------------|--------|
| 1 | Контроль | 1 |
| 2 | История возникновения мяча | 1 |
| 3 | Беседа о спортивной игре «волейбол» | 1 |
| 4 | Беседа о спортивной игре «баскетбол» | 1 |
| 5 | Беседа о спортивной игре «футбол» | 1 |
| 6 | Броски мяча | 4 |
| 7 | Отбивание мяча | 4 |
| 8 | Перебрасывание мяча | 4 |
| 9 | Упражнение с фитболами | 4 |
| 10 | Забрасывание мяча в цель | 4 |
| 11 | Ведение мяча | 4 |
| 12 | Перебрасывание мяча через сетку | 4 |
| | Итого: | 34 |

Методическое обеспечение программы:

1. «Играйте на здоровье!» Л.Н.Волошиной М.: Москва «Аркти»
2. «Школа мяча» Николаева Н.И. СП. «Детство- Пресс» 2008 г.
3. Сборник игр к «Программе воспитания в детском саду» составитель Батурина.
4. «Методика обучения и овладения элементами игры в футбол с детьми дошкольного возраста» И.А. Аксенова
5. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. –М.: Физкультура и спорт, 2002.
6. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. – М.: Физкультура и спорт, 2002.
7. Громова О.Е. Спортивные игры в детском саду – М.: Творческий центр, 2002.
8. Железняк Н.Ч. Занятия на тренажерах в детском саду. – М., 2009.
9. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. – М., 2009.
10. Матвеев Е.М. Волейбол. Школа движений // Физическая культура в школе. –2001. – № 4. – С.33.
11. Овчинникова Т.С., Черная О.В., Баряева Л.Б. Занятия, упражнения и игры с мячами, на мячах, в мячах. – СПб.: КАРО, 2010.

