

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа с.Кумак»  
Новоорского района Оренбургской области

Утверждено.  
Директор МАОУ «СОШ с.Кумак»:  
приказ №1 от 31.08.2023  
Диминская Т.Н.

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Школа мяча»**

**Уровень образования: начальное общее образование  
1-4 классы**

**Направление: спортивно – оздоровительная деятельность**

**Срок реализации программы: 1 год**

Составитель программы  
Ширшов Сергей Александрович  
учитель физической культуры  
первой квалификационной категории  
МАОУ «СОШ с.Кумак»  
Новоорского района  
Принята на заседании  
Педагогического совета  
МАОУ «СОШ с.Кумак»  
Протокол №1 от 31.08.2023г.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Школа мяча» для 1-4 классов разработана на основе:

- Основной образовательной программы начального общего образования МАОУ «СОШ с.Кумак» (приказ №11 от 31.08.2023г.);

- учебного плана МАОУ «СОШ с.Кумак» на 2023-2024 учебный год (приказ №11 от 31.08.2023г.).

### ***Взаимосвязь с программой воспитания***

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом федеральных образовательных программ начального общего образования. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

- в выделении в цели программы ценностных приоритетов;
- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлеченность в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

## **1. Результаты освоения программы курса внеурочной деятельности**

### **Планируемые результаты освоения программы курса внеурочной деятельности «Школа мяча»**

**Личностные результаты** освоения программы курса внеурочной деятельности «Школа мяча» отражают формирование у обучающихся:

#### **1. Гражданско-патриотического воспитания:**

становление ценностного отношения к своей Родине - России;  
осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;  
сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;  
уважение к своему и другим народам;  
первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

#### **2. Духовно-нравственного воспитания:**

признание индивидуальности каждого человека;  
проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;  
неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

#### **3. Эстетического воспитания:**

уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;  
стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

#### **4. Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);  
бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

#### **5. Трудового воспитания:**

осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

#### **6. Экологического воспитания:**

бережное отношение к природе;  
неприятие действий, приносящих ей вред.

#### **7. Ценности научного познания:**

первоначальные представления о научной картине мира;  
познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

**Метапредметные результаты** освоения программы курса внеурочной деятельности «Школа мяча» отражают:

#### **1. Овладение универсальными учебными познавательными действиями:**

##### **1) базовые логические действия:**

сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;  
объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;  
определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;

выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;

устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

##### **2) базовые исследовательские действия:**

определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;

с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;

сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);

проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть - целое, причина - следствие);

формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);

прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

##### **3) работа с информацией:**

выбирать источник получения информации;

согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;

соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной

безопасности при поиске информации в сети Интернет;  
анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;

самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

## **2. Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:**

### **1) общение:**

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;

проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;

признавать возможность существования разных точек зрения;

корректно и аргументированно высказывать свое мнение;

строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;

создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);

готовить небольшие публичные выступления;

подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

### **2) совместная деятельность:**

формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

ответственно выполнять свою часть работы;

оценивать свой вклад в общий результат;

выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

## **3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:**

### **1) самоорганизация:**

планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;

выстраивать последовательность выбранных действий;

### **2) самоконтроль:**

устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;

корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

## **Предметные результаты освоения программы курса внеурочной деятельности**

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

## **2. Содержание программы курса внеурочной деятельности «Школа мяча»**

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

1. *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

2. *Игры-поиски*. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

3. *Игры с быстрым нахождением своего места*. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

**Весь материал разделяется на отдельные разделы:**

1. раздел - «Русские народные игры», изучается с 1-го по 4-й класс.
2. раздел - «Игры народов России», изучается со 2 по 4-й класс.
3. раздел - «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.
4. раздел - «Эстафеты», изучается в 1-4-х классах.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям – знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

цели изучения по каждому разделу

**«Русские народные игры»**

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

**«Игры народов России»**

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

**«Подвижные игры»**

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

**«Эстафеты»**

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

**Формы занятий:**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

**3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности**

**1 класс**

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	8
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	4
	Итого:	29

**2 класс**

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Подвижные игры	8
3	Эстафеты	8
4	Игры народов России	7
	Итого:	34

**3 класс**

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Эстафеты	6
3	Игры народов России	17
	Итого:	34

**4 класс**

№	Разделы	Кол-во часов
---	---------	--------------

1	Русские народные игры	19
2	Эстафеты	8
3	Игры народов России	7
	Итого:	34

#### 4. Календарно - тематическое планирование 1-й класс (29 часов)

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Гуси-лебеди	1	5.09
2	У медведя во бору	1	12.09
3	Филин и пташки	1	19.09
4	Палочка- выручалочка	1	26.09
5	Блуждающий мяч	1	03.10
6	Классики	1	10.10
7	Ловишка в кругу	1	17.10
8	Пчелки и ласточки	1	24.10
9	К своим флажкам	1	7.11
10	Кот идет	1	14.11
11	Северный и южный ветер	1	21.11
12	Соревнования скороходов	1	28.11
13	Колдунчики	1	5.12
14	Аисты	1	12.12
15	Пчелы и медведи	1	19.12
16	Хитрая лиса	1	26.12
17	Ловишки с приседаниями	1	09.01
18	Переправа с досками	1	16.01
19	Туннель	1	23.01
20	Собери урожай	1	30.01
21	На погрузке арбузов	1	15.02
22	Принеси мяч	1	22.02
23	Успей перебежать	1	29.02
24	С мячом	1	07.03
25	Весёлые старты	1	14.03
26	Эстафета с мячом	1	21.03
27	Эстафета со скакалкой	1	04.04
28	Контрольные испытания (выполнение контрольных нормативов). Промежуточная аттестация	1	11.04

29	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	18.04
Итого:	29 часов		

**Календарно – тематическое планирование  
2-й класс (34 часа)**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Русская народная игра «Жмурки»	1	06.09
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	13.09
3	Русская народная игра «Горелки»	1	20.09
4	Русская народная игра «Салки»	1	27.09
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1	04.10
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	11.10
7	Русская народная игра «Фанты»	1	18.10
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	25.10
9	Русская народная игра «Волк»	1	8.11
10	Русская народная игра «Птицелов»	1	15.11
11	Подвижная игра «Совушка»	1	22.11
12	Подвижная игра «Мышеловка»	1	29.11
13	Подвижная игра «Пустое место»	1	6.12
14	Подвижная игра «Карусель»	1	13.12
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1	20.12
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1	27.12
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1	10.01
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1	17.01
19	Эстафета «Передача мяча»	1	24.01
20	Эстафета «С мячом»	1	31.01
21	Эстафета зверей	1	07.02
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	14.02
23	Эстафета «Вызов номеров»	1	21.02
24	Эстафета по кругу	1	28.02
25	Эстафета с обручем	1	06.03
26	Эстафета со скакалкой	1	13.03
27	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1	20.03
28	народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	03.04
29	народная игра «Ищем палочку»	1	10.04
30	народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	17.04
31	народная игра «Катание мяча»	1	24.04
32	народная игра «Серый волк»	1	28.04
33	Контрольные испытания (выполнение контрольных нормативов). Промежуточная аттестация	1	08.05



34	игра «Рыбки»	1	15.05
Итого	:34 часа		

**Календарно - тематическое планирование  
3-й класс (34 часа)**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Русская народная игра «Краски»	1	7.09
2	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1	14.09
3	Русская народная игра «Ляпка»	1	21.09
4	народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	28.09
5	народная игра «Ищем палочку»	1	05.10
6	народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	12.10
7	народная игра «Под буркой»	1	19.10
8	народные игры «Прятки», «Альчик!»	1	26.10
9	народные игры «Мяч», «Я есть!»	1	09.11
10	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1	16.11
11	народная игра «Катание мяча»	1	23.11
12	народная игра «Серый волк»	1	30.11
13	народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	07.12
14	народные игры «Водяной», «Серый зайка»	1	14.12
15	игра «Чиж»	1	21.12
16	«Стрельба в мишень», «Борьба»	1	28.12
17	народные игры «Котел», «Круговой»	1	11.01
18	игра «Борьба за флажки»	1	18.01
19	игра «Рыбки»	1	25.01
20	Игра «Льдинки, ветер и мороз»	1	01.02
21	Эстафета «Вызов номеров»	1	08.02
22	Эстафета по кругу	1	15.02
23	Эстафета с обручем	1	22.02
24	Эстафета с мячом	1	29.02
25	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	07.03
26	Эстафета «Встречная»	1	14.03
27	Русская народная игра «Салки»	1	21.03
28	Русская народная игра «Пятнашки»	1	4.04
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	11.04
30	Русская народная игра «Фанты»	1	18.04
31	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	25.04

32	Русская народная игра «Волк»	1	02.05
33	Контрольные испытания (выполнение контрольных нормативов). Промежуточная аттестация	1	16.05
34	Русская народная игра «Горелки»	1	23.05
Ито	го: 34часа		

**Календарно – тематическое планирование  
4-й класс (34часа)**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Русская народная игра «Жмурки»	1	08.09
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	15.09
3	Русская народная игра «Горелки»	1	22.09
4	Русская народная игра «Салки»	1	29.09
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1	06.10
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	13.10
7	Русская народная игра «Фанты»	1	20.10
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	27.10
9	Русская народная игра «Волк»	1	10.11
10	Русская народная игра «Птицелов»	1	17.11
11	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1	24.11
12	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	01.12
13	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	8.12
14	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	15.12
15	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	22.12
16	Татарская народная игра «Серый волк»	1	29.12
17	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	12.01
18	Чувашская игра «Рыбки»	1	19.01
19	Эстафета «Передача мяча»	1	26.01
20	Эстафета со скакалкой	1	02.02
21	Эстафета «С мячом»	1	09.02
22	Эстафета зверей	1	16.02
23	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	01.03
24	Эстафета «Вызов номеров»	1	15.03
25	Эстафета по кругу	1	22.03
26	Эстафета с обручем	1	05.04
27	Русская народная игра «Салки»	1	12.04

28	Русская народная игра «Пятнашки»	1	19.04
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	26.4
30	Русская народная игра «Краски»	1	03.05
31	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1	17.05
32	Контрольные испытания (выполнение контрольных нормативов). Промежуточная аттестация	1	24.05
33	Русская народная игра «Пятнашки»	1	24.05
34	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	24.05
Итого:	34 часа		

### Список литературы.

1. Физическая культура. 1-4 классы. Книга. В.И.Лях. Москва «Просвещение» 2020.
2. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. И.Э.Ахмеров «Учитель» 2004.
4. «Детские подвижные игры разных народов» - составитель А.В.Кенеман; под редакцией Т.И.Осокиной, Москва. Просвещение 1989 г.