**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОДА КРАСНОДАРА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №89**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. КРАСНОДАР**

 **УТВЕРЖДЕНО**

**Решением педсовета прокол№1**

**От 29.08.2014 года**

**Председатель педсовета**

**С.Д. Овечкина**

**Программа внеурочной деятельности**

**по спортивно-оздоровительному направлению:**

**«Спортивные игры» (баскетбол 2 час в неделю)**

 **Для 3 класс**

**Количество часов 68 часов**

**Учитель Ловцова Светлана Юрьевна**

Программа внеурочной деятельностиразработана на основе авторской программы под редакцией В.И. Лях опубликованной в сборнике: « Физическая культура» для общеобразовательных учреждений для 1-4 класс, М.: Просвещение, 2013г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

 Данная рабочая программа внеурочной деятельности разработана для учащихся 3-х  классов общеобразовательной  школы и направлена на реализацию **спортивно-оздоровительного направления**. Данная  рабочая программа соответствует   федеральному   компоненту   государственного образовательного стандарта  базового уровня  и рассчитана  на 68

часа (занятия) из расчета 2 ч в неделю.

Программа реализуется  на занятии, которое проводится один раз в неделю.

Сроки реализации рабочей программы: 1 учебный год (2014 - 2015)

В основе принципов  создания программы  лежит концепция лич­ностного и деятельного подходов, оптимизации и интенси­фикации учебно-воспитательного процесса.

Программа по  физической культуре, направлена на:

-реализацию учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально - технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивная  пришкольная площадка),  регио­нальными климатическими условиями и видом учебного уч­реждения (поселковая  школа).

- соблюдение дидактических правил «от известного к не­известному» и «от простого к сложному», ориентирующих вы­бор, и планирование учебного содержания в логике поэтапно­го его освоения, перевода учебных знаний в практические на­выки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирова­ние мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленнос­ти изучаемых явлений и процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в хо­де активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоро­вительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных заня­тиях физическими упражнениями.

**Целью**рабочей  программы по спортивно-оздоровительному направлению является формирование у учащихся первых классов  основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двига­тельной деятельности, что соответствует цели физического воспитания учащихся по базовому компоненту. Реализация данной цели связана с ре­шением следующих образовательных задач:

* укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику пло­скостопия; содействие гармоническому физическому разви­тию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
* овладение «школой движений»;
* развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и сило­вых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скорост­ных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способ­ностей;
* формирование элементарных знаний о личной гигиене, ре­жиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных спо­собностей;
* выработку представлений об основных видах спорта, снаря­дах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопаснос­ти во время занятий;
* приобщение к самостоятельным занятиям физическими уп­ражнениями, подвижными играми, использование их в сво­бодное время на основе формирования интересов к опреде­ленным видам двигательной активности и выявления пред­расположенности к тем или иным видам спорта;
* воспитание дисциплинированности, доброжелательного отно­шения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие раз­витию психических процессов (представления, памяти, мыш­ления и др.) в ходе двигательной деятельности.

**В основу структуры**  положена программа, рекомендованная Департаментом образования г. Москвы. Автор доктор педагогических наук В.И. Лях.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

включает в себя:

-***подвижные игры***. Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством, решения комплекса  взаимосвязанных задач воспитания личности школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

-***лёгкоатлетические упражнения***. Бег, прыжки и метания, будучи естественными видами дви­жений, занимают одно из главных мест в физическом воспита­нии младших школьников, отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях, поэтому они оказывают существенное воздействие на развития прежде всего координационных способностей.

**В данной программе использованы следующие методы и формы обучения:**

* **Физические упражнения.** Групповые и игровые формы работы, фронтальная форма работы. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических ка­честв. Физическая подготовка и ее связь с развитием основ­ных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.
* Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.
* Физкультурно-оздоровительная деятельность.
* Игровые формы работы. Самостоятельные занятия. Составление режима дня.
* **Групповые и индивидуальные формы работы.**Выполнение простейших  комплексов упражнений для формирования правильной осанки и разви­тия мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня  (физкультминутки).
* **Самостоятельные наблюдения за физическим разви­тием и физической подготовленностью.**Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Из­мерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Каждое занятие является звеном системы уроков, связанных в логическую последовательность, построен­ных друг за другом и направленных на освоение учебного мате­риала конкретной темы. Логически выстроенная система уроков позволяет интегрировать материал  с такими  предметами, как «Окружающий мир», «Литературное чтение», «Технология», «Изобразительное искусство», математика.

**ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

* -укрепление здоровья, содействие гармоническому физическо­му развитию;
* -развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
* -приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
* -воспитание потребности и умения самостоятельно занимать­ся физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
* -воспитание нравственных и волевых качеств, раз­витие психических процессов и свойств личности.
* - воспитание ценностных ориентации на физическое и духов­ное совершенствование личности,
* формирование у учащихся по­требностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств,
* фор­мирование гуманистических отношений, приобретение опыта об­щения.

**Требования к уровню подготовки учащихся по данной программе.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Требования к знаниям** | **Требования к умениям** | **Требования к компетенциям.** |
| **Знать и иметь представление:**Об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;* о способах и особенностях движений и передвижений чело­века,
* . об обучении движениям, роли зрительного и слухового ана­лизаторов при их освоении и выполнении;
* . о терминологии разучиваемых упражнений, об их функцио­нальном смысле и направленности воздействия на организм;
* . о физических качествах
* . об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о.пра­вилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;
* . о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения.
 | * Составлять, правильно выполнять комплексы утренней гим­настики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
* вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы на­грузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;
* организовывать и проводить самостоятельные занятия; уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.

 | * **компетентности здоровьесбережения:**знание и соблюдение норм здорового   образа   жизни,   знание   опасности   курения,   алкоголизма, наркомании, СПИДа; знание и соблюдение правил личной гигиены, обихода; физическая культура человека, свобода и ответственность выбора образа жизни;
* **компетентности  интеграции:**структурирование      знаний, ситуативно-адекватной   актуализации   знании,   расширения   приращения накопленных знаний;
* **компетентности   познавательной  деятельности:**постановка  и решение   познавательных   задач;   нестандартные   решения,   проблемные ситуации     их создание и разрешение; продуктивное и репродуктивное познание, исследование, интеллектуальная деятельность
 |

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1.Федеральный государственный образовательный стандарт.

2..Программа «Образовательная система «Школа 2100».

3. Журнал «Начальная школа плюс» № 3 2009.

4.Программа физического воспитания. Автор И.В. Лях.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОДА КРАСНОДАРА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №89**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. КРАСНОДАР**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Бородина О.И.

« 27 » августа 2014 год.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ**

**ПЛАНИРОВАНИЕ**

**по** внеурочной деятельности для **3 –х.**

**Класс: 3 «А», «Б», «Г».**

**Учитель Ловцова Светлана Юрьевна**

**Количество часов: всего 68 часов; в неделю 2 часа;**

**Планирование составлено на основе рабочей программы Ловцовой Светланы Юрьевны, утвержденной решением педсовета школы от 29.08.2014 года, протокол №1**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № |                  Темы занятий | Кол-во часов | Дата  | факту | Инвентарь |  |
| 1 | Беседа «меры безопасности», «правило игры». Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 2 | Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук . Учебная игра. | 4 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 3 | Ведение мяча на месте. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 4 | Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи, стойки |  |
| 5 | Ведение мяча с обводкой стоек и соперником. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи, стойки |  |
| 6 | Ловля и передача мяча. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 7 | Передача одной рукой. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 8 | Передача от пола. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 9 | Игры в передачах. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 10 | Игра «семь передач». Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 11 | Игра «собачка». Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные , волейбольные мячи |  |
|   |                                 Броски мяча |   |  |  |   |  |
| 12 | Броски с места. Учебная игра. | 4 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 13 | Броски в прыжке. Учебная игра. | 4 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 14 | Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра. | 4 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 15 | Игры в бросках. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 16 | Эстафеты с элементами баскетбола. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 17 | Тактика игры в защите. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 18 | Упражнения для игры в защите. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 19 | Тактика игры в нападении. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 20 | Упражнения для игры в нападении. Учебная игра. | 4 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 21 | Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 22 | Зонная защита. Учебная игра. | 4 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
|   | Комбинированные упражнения |   |  |  |   |  |
| 23 | Ведение, передача, бросок. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 24 | Совершенствование в ведение, передачах, бросках. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 25 | Броски в колонне, в двух колоннах. Учебная игра. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 26 | Эстафеты с элементами баскетбола. | 2 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| 27 | Соревнование. Итоговая игра | 4 |  |  | Баскетбольные мячи |  |
| Всего | 68 часов |