

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Самарской области  
Юго-Западное управление министерства образования и науки  
Самарской области

ГБОУ СОШ с.Хворостянка

РАССМОТРЕНО

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

МО учителей начальных классов

Куратор УВР

Директор

Астапова Т.О.

Воробьева И.А.

Савенкова О.А.

Протокол №1

от «24» августа 2023 г.

Приказ 182-од

от «21» августа 2023 г.

от «25» августа 2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Веселый мяч»

для 4 класса начального общего образования

на 2023-2024 учебный год

с. Хворостянка, 2023

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа внеурочной деятельности «Весёлый мяч» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального (основного) общего образования (утверждён Приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 286 (287) от 31 мая 2021 г. Данная программа составлена на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-4 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2012г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

## **МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ И ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ**

На изучение курса «Весёлый мяч» в 4 классе отводится 34 часа в год; 1 ч в неделю  
Формы проведения занятий: занятие-игра, беседа, эстафеты.

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ**

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций программы воспитания. 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 своё отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания; в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлечённость в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Весёлый мяч» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 4 классах. Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психоэмоциональное и социальное развитие личности.

Программа разработана с учётом возрастных физиологических особенностей обучающихся.

**Цель:** сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

### **Задачи:**

- сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;
- выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и подвижных играх;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;

- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- развивать активность и самостоятельность.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности. В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **«Личностные универсальные учебные действия»**

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **«Регулятивные универсальные учебные действия»**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

### **«Коммуникативные универсальные учебные действия»**

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- контролировать действия партнёра;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

**Предметными результатами изучения программы является формирование следующих умений:**

**Знания о физической культуре**

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр,
- занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта)
- положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

**Физкультурно - оздоровительная деятельность**

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

**Физическое совершенствование**

- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Основное содержание</b>	<b>Электронные цифровые образовательные ресурсы</b>
<b>1</b>	ТБ на занятиях лёгкой атлетикой, на спортивных площадках. Лучшие легкоатлеты страны, области. «Перестрелка»	<b>1</b>	Рассказать о ТБ при занятиях л/а, о лучших легкоатлетах страны, области. Научиться выполнять эстафеты с предметами и без предметов. Играть в подвижные игры	Сайт «ФизкультУра» <a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
<b>2</b>	Встречная эстафета.	<b>1</b>	Научиться выполнять	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	«Третий лишний»		эстафеты с предметами и без предметов. Научиться слушать и слышать друг друга, работать в паре.	t/9/ <a href="https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html">https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html</a> <a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>3</b>	Круговая эстафета. «День-ночь».	<b>1</b>	Научиться выполнять эстафеты с предметами и без предметов. Научиться слушать и слышать друг друга, работать в паре.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a> <a href="https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html">https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html</a> <a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>4</b>	Игра «Вызов номеров», «Пустое место»	<b>1</b>	Играть в подвижные игры в паре, командой.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a> <a href="https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html">https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html</a>
<b>5</b>	Игра «Вызов номеров», «Третий лишний»	<b>1</b>	Играть в подвижные игры в паре, командой.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a> <a href="https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html">https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html</a>
<b>6</b>	История развития баскетбола в России. Игра с мячом «Охотники и утки», «Мяч капитану».	<b>1</b>	Познакомить с историей баскетбола; знать лучших баскетболистов России. Бросать и ловить мяч.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a> <a href="https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html">https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html</a> <a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>7</b>	Эстафеты с баскетбольным мячом. «Салки с мячом»	<b>1</b>	Бросать и ловить мяч, ведение мяча различными способами, выполнять эстафет с мячом, играть в подвижные игры.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a> <a href="https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html">https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html</a>
<b>8</b>	Эстафеты с элементами ловли и передачи мяча. «Попади в корзину» .	<b>1</b>	Бросать и ловить мяч, ведение мяча различными способами, выполнять эстафет с мячом, играть в подвижные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a> Сайт "Я иду на урок физкультуры" <a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a> Сайт «ФизкультУра» <a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>

<b>9</b>	Броски баскетбольного мяча в цель. «Гонка мячей»	<b>1</b>	Отработать навык работы с мячом, работать в команде.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a> <a href="https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html">https://old.iro22.ru/index.php/kpop-main/kpop-fk.html</a>
<b>10</b>	Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам 2*2	<b>1</b>	Познакомить с игрой баскетбол. Отработать навыки игры.	Сайт "Я иду на урок физкультуры" <a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a> Сайт «ФизкультУра» <a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
<b>11</b>	Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам 3*3	<b>1</b>	Познакомить с игрой баскетбол. Отработать навыки игры.	Сайт "Я иду на урок физкультуры" <a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a> Сайт «ФизкультУра» <a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
<b>12</b>	ТБ при занятиях гимнастикой. «Как приучить детей заботиться и своем здоровье?» Эстафеты с предметами и без предметов. «Веселая скакалка».	<b>1</b>	Познакомить с техникой безопасности на уроках гимнастики. Что такое здоровье и как его сохранить? Выполнять упражнения направленные на сохранение правильной осанки; преодолевать полосу препятствий из гимнастических снарядов, играть в подвижные игры	Сайт "Я иду на урок физкультуры" <a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a> Сайт «ФизкультУра» <a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
<b>13</b>	«Хвостики». «Ловишки - перебежки»	<b>1</b>	Выполнять упражнения направленные на сохранение правильной осанки; преодолевать полосу препятствий из гимнастических снарядов, играть в подвижные игры	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>14</b>	Акробатические упражнения.	<b>1</b>	Выполнять акробатические	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-</a>

	Скакалочка - выручалочка		упражнения. Игры со скакалкой	1945872.html
<b>15</b>	Ловкая и коварная гимнастическая палка. «Ноги выше от земли»	<b>1</b>	Игры в паре, команде.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>16</b>	Комбинированные эстафеты. «Сокол и голуби».	<b>1</b>	Выполнять эстафеты с мячом, скакалкой	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>17</b>	Правила безопасного поведения зимой на улице. Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. Игра «Меткий стрелок».	<b>1</b>	Уметь рассказать о закаливании и его влиянии на организм. Знать первую помощь при обморожении. Играть в подвижные игры	Сайт "Я иду на урок физкультуры" <a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a> Сайт «ФизкультУра» <a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>18</b>	Игра «Взятие снежного городка».Игра «Лепим снеговика»	<b>1</b>	Командные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>19</b>	Игра «Санные поезда».	<b>1</b>	Командные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>20</b>	«Биатлон»	<b>1</b>	Командные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>21</b>	Организационно - методические требования на занятиях подвижными играми. Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. Традиционные народные праздники Русская народная игра «У медведя во бору».	<b>1</b>	рассказать о ТБ при занятиях подвижными играми. Знать роль и место игры в жизни людей. Традиционные народные праздники. Играть в русско - народные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>22</b>	Русская народная игра «Филин и пташка», «У медведя во бору».	<b>1</b>	Познакомить с русско-народными играми.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>

<b>23</b>	Русская народная игра «Горелки», «Филин и пташка».	<b>1</b>	Играть в русско - народные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>24</b>	Русская народная игра «Блуждающий мяч», «Горелки».	<b>1</b>	Играть в русско - народные игры с обручем, мячом.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>25</b>	Русская народная игра «Лапта».	<b>1</b>	Играть в русско - народные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>26</b>	«Волейбол сегодня». Игра «Гонка мячей».	<b>1</b>	Играть в русско - народные игры с мячом.	<a href="https://pedsovet.su/load/219-1-0-57874">https://pedsovet.su/load/219-1-0-57874</a>
<b>27</b>	Эстафеты с элементами ловли и передачи волейбольного мяча. «Салки с волейбольным мячом».	<b>1</b>	Рассказать о сборной команде России по волейболу и лучших волейболистах. Командная эстафета с мячом.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>28</b>	Броски волейбольного мяча в цель. Игра «Попади в обруч».	<b>1</b>	Играть в подвижные игры с мячом, обручем.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/main/261451/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/main/261451/</a>
<b>29</b>	Игра «Передал - садись». Игра «Мяч капитану»	<b>1</b>	Играть в подвижные игры с мячом, обручем.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>30</b>	Ловля и передача мяча со сменой мест. Игра в «Пионербол».	<b>1</b>	Игра на ловкость, умение передать мяч	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>31</b>	Лучшие футболисты страны и мира.	<b>1</b>	Рассказать о лучших футболистах страны и мира. Играть в подвижные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>32</b>	Игра «Передачи мяча ногами» Игра «Обманный мяч».	<b>1</b>	Играть в подвижные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>33</b>	«Собачки ногами»	<b>1</b>	Играть в подвижные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>
<b>34</b>	Игра в футбол.	<b>1</b>	Игра с мячом	<a href="https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html">https://infourok.ru/igri-i-konkursi-dlya-detey-1945872.html</a>