

Аннотация

Рабочая программа внеурочной деятельности для обучающихся 2-го класса «Быстрее, выше, сильнее» составлена на основе «Программы ФГОС для секций и объединений по изучению спортивных игр – волейбол, баскетбол, мини-футбол, хоккей, пионербол».

Данная программа предусматривает изучение азов тактики и теории правил спортивных игр, в то же время в ней не ставится целью натренировать профессиональных игроков, а лишь привить любовь к спортивным играм, понимание правил игры, а также ведение здорового образа жизни.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Начальная школа – детский сад «Росток»

ПРИНЯТО

педагогическим советом

Протокол № 1

от «30» 08 2019г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Г.М. /Бурая Н.А./

Приказ № 80

от «30» августа 2019г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Быстрее, выше, сильнее»

ДЛЯ 2-ГО КЛАССА

НА 2019-2020 УЧЕБНЫЙ ГОД

РАССМОТРЕНО

на заседании

ШМО учителей начальных классов

Протокол № 1

от «29» августа 2019г.

Составитель:

Думбровская А.С.,

учитель физической культуры

п. Тепличный, 2019 г.

Пояснительная записка

Данная программа является модифицированной в дополнительном образовании. При её составлении учитывались рекомендации программы ФГОС для секций и объединений по изучению спортивных игр – волейбол, баскетбол, мини-футбол, хоккей, пионербол

Направленность – физкультурно-спортивная

Актуальность. В настоящее время, в связи с падением интереса подрастающего поколения к спортивным играм, сложности экологической ситуации, появлением всевозможной сложной бытовой техники, увеличением тенденции к тому, что подростки больше времени проводят в сидячем статическом положении, видится необходимым приучать их к здоровому образу жизни через привлечение в спортивные объединения и секции различных направлений, например, обучающих спортивным играм.

Цель: физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся.

Задачи:

Образовательные:

- дать знания, умения и навыки игры в спортивные игры;
- дать подрастающему поколению правильное представление о необходимости занятий спортом.

Воспитательные:

- приобщение к здоровому образу жизни;
- воспитание индивидуальных качеств и особенностей подрастающего поколения, направленных на приобщение к здоровому образу жизни.

Развивающие:

- развивать у обучающихся выносливость;
- развивать внимание, наблюдательность, логическое мышление.

Отличительные особенности. Данная программа ставит целью выработать у подростков желание заниматься спортом, в процессе освоения программы - личностно-ориентированный подход к всестороннему гармоничному физическому развитию обучающихся.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

К концу обучения должны знать:

- правила проведения и технику безопасности при занятиях в объединении,
 - историю развития спортивных игр в стране,
 - основные правила игры,
 - место спортивных игр в системе физического воспитания,
 - оборудование и инвентарь, необходимый для проведения игры,
 - правила организации и проведения соревнований,
 - функции игроков, индивидуальные действия, групповые действия, командные действия.
- должны уметь:
- применять правила проведения и правила техники безопасности на площадке,
 - технику проведения игры,
 - тактику ведения игры,
 - технику передвижений (ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты),
 - технику владения мячом,
 - выполнять общую и специальную физическую подготовку,
 - упражнения на силу, ловкость и выносливость,
 - выполнять стойки, передвижения, исходные положения, подавать и передавать мяч,
 - выполнять атакующие удары, технику игры в защите,

- тактику нападения и защиты.

Календарно-тематическое планирование

	Тема занятия	Дата	Факт
1	Волейбол. Пионербол. Правила по предупреждению травматизма на занятиях. Верхняя передача в парах через сетку. Верхняя прямая подача. Учебная игра в волейбол, пионербол.	03.09	
2	Волейбол. Пионербол. Правила по предупреждению травматизма на занятиях. Верхняя передача в парах через сетку. Верхняя прямая подача. Учебная игра в волейбол, пионербол.	10.09	
3	Волейбол. Пионербол. Стойка и передвижения игроков. Верхняя передача мяча в парах, тройках. Учебная игра.	17.09	
4	Волейбол. Пионербол. Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол	24.09	
5	Волейбол. Пионербол. Сочетание приёмов: приём, передача, нападающий удар. Учебная игра.	01.10	
6	Мини-футбол. Остановка и передачи мяча. Обводка. Учебная игра.	08.10	
7	Мини-футбол. Остановка и передачи мяча. Обводка. Групповые тактич. действия. Учебная игра.	15.10	
8	Мини-футбол. Остановка и передачи мяча. Обводка. Удары по мячу. Командные тактич. действия. Учебная игра.	22.10	
9	Мини-футбол.	05.11	
10	Баскетбол. Ведение мяча правой и левой рукой. Учебная игра в баскетбол. Броски в движении после передачи. Прессинг. Учебная игра в баскетбол.	12.11	
11	Баскетбол. Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты.	19.11	
12	Баскетбол. Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты. Учебная игра в баскетбол.	26.11	
13	Баскетбол. Ведение с разной высотой отскока. Позиционное нападение. Учебная игра в баскетбол.	03.12	
14	Баскетбол. Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.	10.12	
15	Баскетбол. Круговая тренировка (5-6 станций). Сдача контрольных нормативов. Учебная игра в баскетбол	17.12	
16	Баскетбол. Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол.	24.12	
17	Баскетбол. Ведение с изменением направления, приставным шагом. Передача двумя руками из-за головы. Бросок одной в прыжке. Учебная игра в баскетбол	14.01	
18	Волейбол. Приём мяча двумя руками снизу над собой. Верхняя прямая подача. Одиночное блокирование. Учебная игра в волейбол.	21.01	
19	Волейбол. Стойка и передвижения игроков. Верхняя передача мяча в парах, тройках. Учебная игра.	28.01	
20	Волейбол. Верхняя прямая подача и нижний приём мяча. Прямой нападающий удар. Учебная игра.	04.02	

21	Волейбол. Стойка и передвижения игроков. Верхняя передача мяча в парах, тройках. Учебная игра.	11.02	
22	Волейбол. Прямой нападающий удар в тройках. Индивидуальное блокирование. Учебная игра.	18.02	
23	Волейбол. Сочетание приёмов: приём, передача, нападающий удар. Учебная игра.	25.02	
24	Волейбол. Верхняя прямая подача. Индивидуальное блокирование. Учебная игра.	03.03	
25	Волейбол. Верхняя прямая подача и нижний приём мяча. Учебная игра.	10.03	
26	Волейбол. Прямой нападающий удар из зоны3. Индивидуальное блокирование и страховка блокирующих. Учебная игра.	17.03	
27	Волейбол. Верхняя прямая подача и нижний приём мяча. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.	31.03	
28	Волейбол. Прямой нападающий удар из зоны3. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.	07.04	
29	Волейбол. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра.	14.04	
30	Волейбол. Прямой нападающий удар из зоны3. Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.	21.04	
31	Волейбол. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра.	28.04	
32	Волейбол. Сочетание приёмов: приём, передача, нападающий удар. Учебная игра.	12.05	
33	Волейбол. Сочетание приёмов: приём, передача, нападающий удар. Учебная игра.	19.05	
всего 33 часа.			