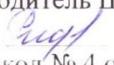
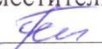
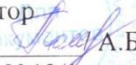



Ситниковская средняя общеобразовательная школа
филиал МАОУ Омутинская средняя общеобразовательная школа №2

Рассмотрено на заседании
ШМО классных руководителей
Руководитель ШМО Риффель С.Н.

Протокол № 4 от 30.10.18

Согласовано:
Заместитель директора по УВР

30.10.2018г.

Утверждаю:
Директор 
приказ №131 от 31.10.2018



Рабочая программа

кружка «Народные игры»
в рамках внеурочной деятельности
Направление: общеинтеллектуальное
Класс 1-4

Составитель: учитель физической культуры
Самусев Д.В.

На реализацию программы отводится 1 час в неделю, всего 34 часа в год.

Цель - Содействовать оздоровлению, поддержанию оптимального объема двигательной активности, повышению функциональных возможностей организма младших школьников.

Основные задачи:

1. Формировать основы культуры здоровья и физической культуры личности учащихся начальных классов.
2. Содействовать более эффективному решению задач основной образовательной программы по физической культуре в аспектах физического развития, физической подготовленности и обучения жизненно важным двигательным умениям и навыкам, специальным движениям с мячом.
3. Посредством изучения подвижных игр с мячом, готовить младших школьников к освоению правил и техники спортивных игр.
4. Содействовать формированию эмоциональной и нравственной сфер личности младшего школьника, воспитанию норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности, развитию коммуникативных навыков и способностей.

Форма проведения занятий: Практические занятия в спортивном зале.

Двигательные умения и навыки

- Различные упражнения с малыми, средними и большими мячами, развивающие двигательные качества.
- Броски и ловля мяча, передачи партнёру. Остановка в движении по звуковому сигналу.
- Подвижные игры и игры-эстафеты с мячом, совершенствующие навыки владения мячом.

Планируемые результаты

знать:

- о влиянии игр с мячом на развитие двигательных качеств человека;
- что такое здоровье и физическое развитие человека;
- про эмоции: приятные и неприятные, их отличие;
- общие правила поведения и техники безопасности на занятиях объединения;
- правила техники безопасности с различными мячами: с резиновыми (большими, малыми, средними); волейбольными; футбольными;

уметь:

- работать с мячом: ловить, передавать, метать, катать, выполнять различные упражнения;
- работать в паре, в группе, в команде под наблюдением учителя.

Содержание программы

1. Введение -2 час

- Беседа по технике безопасности.
- Построение, знакомство с классом, знакомство с мячами.

2. Упражнения и игры с большим мячом-8 часов

- ТБ. Бросок и ловля мяча стоя
- ТБ. Ловля и броски мяча с прыжком
- ТБ.Бросок и ловля мяча в парах

- ТБ. Бросок и ловля мяча сверху
- ТБ. Бросок и ловля мяча снизу
- ТБ.Бросок и ловля мяча с отскоком от пола
- ТБ. Броски мяча на меткость
- ТБ.Броски мяча в стойке на коленях

3.Упражнения и игры со средним мячом-8часов

- ТБ.В стойке на коленях, лежа,стоя,лежа
- ТБ. В стойке на коленях, лежа
- ТБ. В бросках и ловля мяча
- ТБ. В бросках и ловля мяча
- ТБ. В прыжке
- ТБ. В беге
- ТБ. В парах
- ТБ. На гимнастической скамье

4.Упражнения и игры с малым мячом- 7 часов

- ТБ.Разучивание упражнений с малым мячом стоя
- ТБ.Разучивание упражнений с малым мячом стоя
- ТБ.Разучивание упражнений с малым мячом лежа,сидя
- ТБ.Разучивание упражнений с малым мячомв стойке на коленях
- ТБ.Разучивание упражнений с малым мячомв подбрасывании, ловле
- ТБ.Броски мяча об пол, в стену и ловля его
- ТБ.Эстафета

5.Эстафеты и игры с различными мячами- 10 часов

- ТБ.Эстафета
- ТБ.Эстафета
- ТБ. Игры с метанием мяча на дальность и точность
- ТБ. Передача мяча в колоннах, шеренгах, по кругу
- ТБ. Игры с разными мячами, со сменой мячей
- ТБ. Эстафета
- ТБ. Эстафета
- ТБ. Эстафета
- ТБ. Эстафета
- ТБ. Игры по желанию детей

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем курса	Всего часов
1	Введение	2 ч
2	Упражнения и игры с большим мячом	8 ч
3	Упражнения и игры со средним мячом	8 ч
4	Упражнения и игры с малым мячом	7ч
5	Эстафеты и игры с различными мячами	10ч
Всего:		34 ч