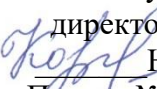


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИБОБСКАЯ НАЧАЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Принято:
«25» августа 2023 г
на Педагогическом совете
Протокол №1

Согласовано:
«28» августа 2023г
с Управляющим советом
Протокол №1

Утверждено:
«31» августа 2023 г
директор школы
 Н.В.Кочук
Приказ № 390-од от
31.08.2023г.

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
Спортивная секция «Веселый мяч»
Спортивно-оздоровительное направление
Возраст детей 1-4 класс
Срок реализации 2023-2024 учебный год

Разработчик: Зубко Юлия Михайловна,
учитель физической культуры МКОУ «Приобская НОШ»,
первая квалификационная категория

г.п. Приобье

Пояснительная записка

Рабочая программа начального общего образования по курсу внеурочной деятельности «Весёлый мяч» составлена на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 05 2021 № 286 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»), с учётом программы воспитания МБОУ «Приобская НОШ», Основной образовательной программы начального общего образования. Программа по курсу внеурочной деятельности «Весёлый мяч» включает пояснительную записку, содержание курса, планируемые результаты освоения программы курса, тематическое планирование и формы организации занятий и учебно-методического обеспечения образовательного процесса

Пояснительная записка к рабочей программе отражает характеристику курса, общие цели и задачи изучения курса, а также место курса в структуре плана внеурочной деятельности

Планируемые результаты курса включают личностные, метапредметные и предметные результаты за период обучения.

В тематическом планировании описываются программное содержание по всем разделам содержания обучения за период обучения и характеристика деятельности, которые целесообразно использовать при изучении той или иной программной темы.

В соответствии с современными тенденциями системы образования и социально-экономическими особенностями современного общества, цель физической культуры в школе состоит в том, чтобы содействовать полноценному развитию и укреплению здоровья подрастающего поколения.

Возрастающий объем информации, постоянная модернизация учебных программ, широкое использование транспорта, других технических средств оказывают неблагоприятное воздействие на двигательную деятельность учащихся младшего школьного возраста. Естественные условия и обучение в школе ограничивают двигательную деятельность и не обеспечивают необходимого режима, позволяющего более значительно повысить результаты жизненно необходимых двигательных качеств. Поэтому возникает необходимость поиска наиболее целесообразных средств и методов повышения физической подготовленности учащихся.

Одним из возможных путей расширения зоны двигательной деятельности являются внеурочные занятия по физической подготовке школьников. В этой связи возникает вопрос: как правильно и более эффективно использовать эти тренировочные занятия, чтобы они дали возможность за время обучения заметно улучшить уровень физической подготовленности, физического развития и функциональных возможностей учащихся. Для решения этой проблемы наиболее эффективными средствами повышения двигательной активности у младших школьников являются, прежде всего, физические упражнения и элементы спортивных игр (Матвеев Л.П., 1991).

Своеобразие программы «Весёлый мяч» заключается в том, что она создана на основе курса обучения подвижным играм с элементами спортивных игр. Для таких игр характерны разнообразные движения: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча. У детей младшего школьного возраста еще слабо развита способность к точным движениям, поэтому любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие этого качества. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка.

Практическая значимость разработанной программы состоит в том, что предложенный план работы секции по обучению детей младшего школьного возраста элементам спортивных игр может непосредственно использоваться в начальной школе, через дополнительное образование, что, несомненно, улучшит воспитательно-образовательный процесс. Работа данной секции позволит существенно влиять на физическую подготовленность, физическое развитие и функциональные возможности младших школьников. Воспитанники получат возможность овладеть теоретической и практической базой для изучения раздела «Спортивные игры» в основной и средней школе.

Новизна программы.

Содержание и методика обучения элементам спортивных игр детей младшего школьного возраста специально не разрабатывалась. Тем не менее, авторы методических пособий по физическому воспитанию подчеркивают целесообразность использования элементов игры баскетбол в качестве одного из средств физического воспитания младших школьников.

Развитие физических способностей осуществляется в интеграции учебно- воспитательного процесса и секционной работы.

Содержание программы сориентировано на создание у детей хорошей физической подготовки, воспитание нравственно-волевых, моральных качеств, чувства коллективизма.

В секционную работу включены игры с мячом, и специальные упражнения по закреплению навыков владения им. Обучение детей основным приемам владения мячом в игровых условиях имеет цель - достижение благоприятного физического развития, ознакомление детей с правилами игр в доступной форме и преемственности в работе по физическому воспитанию начальной школы и средней.

Основное внимание направлено не на специальную подготовку, а на создание общих предпосылок успешного обучения спортивным играм в школе.

Программа представляет собой систему, позволяющую научить воспитанника свободно владеть мячом, передвигаться с ним по площадке в различных направлениях, развитие скоростных качеств, преодоление контакта с противником и создание условий для завершающего броска по кольцу.

Программа предусматривает как индивидуальное умение владения с мячом, так и действие в микрокомандах – парами, тройками, пятерками. Рабочая программа «Веселый мяч» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе игры Мини-баскетбол с использованием методического пособия

Н. Маврудиевой результатов «Подвижные игры как средство развития двигательных качеств и оформления специфических умений в обучении по мини-баскетболу».

Форма обучения – специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Распределение времени осуществлено с учетом продолжительности секционного занятия 40 минут.

Цель:

Формирование навыков владения мяча посредством подвижных игр с мячом.

Тренировочные занятия решают следующие **задачи:**

Обучающие:

1. Формировать знания о правилах подвижных игр с мячом.
2. Формировать навыки действия с мячом, уметь применять их в игровых условиях.
3. Формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

Развивающие:

1. Развивать координацию, ловкость, ритмичность, согласованность движений.
2. Развивать умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

Воспитательные:

1. Формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе.
2. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.
3. Воспитывать интерес к систематическим занятиям физической культурой.

Место курса внеурочной деятельности «Веселый мяч»

В соответствии с учебным планом МБОУ «Приобская НОШ» на 2023 – 2024 учебный год рабочая программа курса внеурочной деятельности «Веселый мяч», рассчитана на 34 часа (1 ч. в неделю) по 40 минут.

Содержание программы

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Теоретический материал выдается в форме бесед (групповых и индивидуальных) до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности.

Физическая подготовка дается в виде двигательных умений и навыков.

Техническая подготовка изучается и совершенствуется приемами, с помощью которой ведется игра. Она является необходимой базой для успешного решения тактических задач. Поэтому перед разучиванием технических приемов объясняют его «тактические» применение.

Тактическая подготовка предусматривает освоение командных, групповых и индивидуальных действий и умение осуществлять их в процессе соревнований.

Теоретическая подготовка включает вопросы: истории, правил подвижных игр, технику безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями.

Физическая подготовка «дифференцирована» на упражнения общей и специальной подготовки. *Техническая подготовка* включает упражнения общей и специальной подготовки.

Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом.

Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока.

Перспективное планирование обеспечивает освоение программного материала в определенной последовательности. Повторяемость занятий позволяет закреплять умения и навыки. Принимая во внимание необходимость индивидуальной и коллективной работы с детьми, распределение программного материала можно считать примерным.

Примерное учебно-тематическое планирование программы «Веселый мяч»

№ п/п	Виды спортивной подготовки	Классы				
		Кол-во часов	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1.	Теоретическая	8	2	2	2	2
2.	Техническая	48	12	12	12	12
	2.1 Имитационные упражнения без мяча	6	2	2	1	1
	2.2 Ловля и передача мяча	14	4	4	3	3
	2.3 Ведение мяча	14	3	3	4	4
	2.4 Броски мяча	14	3	3	4	4
3.	Тактическая	12	2	3	3	4
	3.1 Действия игрока в защите	8	1	2	2	3
	3.2 Действия игрока в нападении	4	1	1	1	1
4.	Физическая	52	14	13	13	12
	4.1 Общая подготовка	40	10	10	10	10
	4.2 Специальная подготовка	12	4	3	3	2
5.	Участие в соревнованиях	8	2	2	2	2
6.	Тестирование	8	2	2	2	2
Итого:		136	34	34	34	34

**Учебно-тематический план
1-й год обучения**

№ п/п	Тема занятий	Часы		
		Общее кол-во	Теория (аудиторные занятия)	Практика (внеаудиторные занятия)
1.	Теоретическая	2	2	
2.	Техническая	12		
	2.1 Имитационные упражнения без мяча	2		2
	2.2 Ловля и передача мяча	4		4
	2.3 Ведение мяча	3		3
	2.4 Броски мяча	3		3
3.	Тактическая	2		
	3.1 Действия игрока в защите	1	0,30	0,30
	3.2 Действия игрока в нападении	1	0,30	0,30
4.	Физическая	14		
	4.1 Общая подготовка	10		10
	4.2 Специальная подготовка	4	1	3
5.	Участие в соревнованиях	2		2
6.	Тестирование	2		2
	Итого:	34	4	30

2-й год обучения

№ п/п	Тема занятий	Часы		
		Общее кол-во	Теория (аудиторные занятия)	Практика (внеаудиторные занятия)
1.	Теоретическая	2	2	
2.	Техническая	12		
	2.1 Имитационные упражнения без мяча	2		2
	2.2 Ловля и передача мяча	4		4
	2.3 Ведение мяча	3		3
	2.4 Броски мяча	3		3
3.	Тактическая	3		
	3.1 Действия игрока в защите	1	0,30	0,30
	3.2 Действия игрока в нападении	1	0,30	0,30
4.	Физическая	13		
	4.1 Общая подготовка	10		10
	4.2 Специальная подготовка	4	1	3
5.	Участие в соревнованиях	2		2
6.	Тестирование	2		2
	Итого:	34	4	30

3-й год обучения

№ п/п	Тема занятий	Часы		
		Общее кол-во	Теория (аудиторные занятия)	Практика (внеаудиторные занятия)
1.	Теоретическая	2	2	
2.	Техническая	12		
	2.1 Имитационные упражнения без мяча	2		2
	2.2 Ловля и передача мяча	4		4
	2.3 Ведение мяча	3		3
	2.4 Броски мяча	3		3
3.	Тактическая	3		
	3.1 Действия игрока в защите	1	0,30	0,30
	3.2 Действия игрока в нападении	1	0,30	0,30
4.	Физическая	13		
	4.1 Общая подготовка	10		10
	4.2 Специальная подготовка	4	1	3
5.	Участие в соревнованиях	2		2
6.	Тестирование	2		2
	Итого:	34	4	30

4-й год обучения

№ п/п	Тема занятий	Часы		
		Общее кол-во	Теория (аудиторные занятия)	Практика (внеаудиторные занятия)
1.	Теоретическая	2	2	
2.	Техническая	12		
	2.1 Имитационные упражнения без мяча	2		2
	2.2 Ловля и передача мяча	4		4
	2.3 Ведение мяча	3		3
	2.4 Броски мяча	3		3
3.	Тактическая	4		
	3.1 Действия игрока в защите	1	0,30	0,30
	3.2 Действия игрока в нападении	1	0,30	0,30
4.	Физическая	12		
	4.1 Общая подготовка	10		10
	4.2 Специальная подготовка	4	1	3
5.	Участие в соревнованиях	2		2
6.	Тестирование	2		2
	Итого:	34	4	30

Содержательное обеспечение разделов программы

Теоретическая подготовка

1. Значение утренней гимнастики и правила ее проведения.
2. Правила личной гигиены.
3. Техника безопасности при работе с мячом.
4. Физическая подготовка баскетболиста.
3. Техническая подготовка баскетболиста.
4. Тактическая подготовка баскетболиста.
5. Правила игры.

Физическая подготовка

1. Общая физическая подготовка.
 - 1.1. Общеразвивающие упражнения
 - 1.2. Подвижные игры.

- 1.3. Эстафеты.
- 1.4. Полоса препятствий.
- 1.5. Акробатические упражнения.
2. Специальная физическая подготовка.
- 2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
- 2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
- 2.3. упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста
- 2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка

1. Упражнение без мяча.
- 1.1. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком.
- 1.2. Передвижение в стойке баскетболиста.
- 1.3. Остановка прыжком после ускорения.
- 1.4. Повороты в движении.
- 1.5. Имитация защитных действий против игрока нападения.
- 1.6. Имитация действий атаки против игрока защиты.
2. Ловля и передача мяча.
- 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
- 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
- 2.3. Двумя руками от груди шагом вперед.
- 2.3. Передача одной рукой от плеча.
- 2.4. Передача одной рукой с шагом вперед.
3. Ведение мяча.
- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении с шагом.
- 3.4. Тоже с изменением направления скорости.
- 3.5. Тоже с изменением высоты отскока.
- 3.5. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно в движении.
4. Броски мяча.
- 4.1. Броски мяча двумя руками от груди на месте.
- 4.2. броски мяча двумя руками от груди в движении.
- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- 4.6. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.

Тактическая подготовка.

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Командные действия в защите.
5. Командные действия в нападении.

Подвижные игры

1. «Перестрелка».
2. «Круговая охота»
3. «Ловля парами»
4. «Мяч капитану»

Прогнозируемые результаты и способы их проверки. Воспитанники спортивной секции «Веселый мяч» при систематическом обучении значительно улучшат навыки владения мячом. Двигательные действия (движения с мячом, передачи и ловля мяча, броски, ведение мяча) достигнут определенного уровня совершенства. Появится возможность формировать достаточно сложные действия с мячом.

Воспитанник будет понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила её; научится определять расстояние, траекторию полета мяча; научится ориентироваться на площадке, находить более удобное место для ведения игры; научится подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.

Для отслеживания результатов предусматриваются следующие формы и методы контроля промежуточных и конечных результатов: наблюдение педагога в ходе занятий, тестирование физической подготовленности детей, подготовки проведения соревнований и участия в них.

1. Тестирование, позволяющее определить исходный уровень физической подготовленности (в сентябре приложение).
2. Итоговый контроль в форме тестирования в конце первого года обучения, позволяющий определить уровень физической подготовленности при выполнении следующих двигательных действий: бросков, передач и ловли мяча; ведения мяча; челночного бега 3X10 м. (Приложение 3)
3. Участие воспитанников в соревнованиях.

Отслеживание результатов позволит выявить индивидуальную динамику физической подготовленности воспитанника. Результаты двигательной деятельности воспитанников фиксируются в Листке спортивных достижений (Приложение 4). Участие в соревнованиях фиксируется в Листке участия в спортивной жизни школы (Приложение 5).

Уровень результатов работы по программе

В содержание занятий положены ценностные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами.

В результате освоения программного материала воспитанники достигнут первого и второго уровня результатов.

Первый уровень результатов – воспитанники достигнут определенных навыков владения мячом; общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; управлять эмоциями при

общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Второй уровень результатов - для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие воспитанников между собой на уровне группы, участие в соревнованиях на уровне школы. В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

Личностные результаты.

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;

Познавательные УУД:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

- формирование представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам);
- демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;

- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;
- участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;
- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену;
- помогать друг другу и учителю;
- поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

Предметным результатом изучения данного курса является двигательная активность школьника.

В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Важнейшим требованием проведения занятий по курсу внеурочной деятельности «Весёлый мяч» является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Ресурсное обеспечение реализации программы

Материально – техническое обеспечение образовательного процесса:

Экранно-звуковые пособия

Видеофильмы, соответствующие содержанию обучения.	Демонстрационный материал
Слайды, соответствующие содержанию обучения.	Демонстрационный материал
Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения	Демонстрационный материал

Информационно-коммуникационные средства

Цифровые образовательные ресурсы

Спортивное оборудование и инвентарь

Измерительные приборы: - секундомер; - рулетка;	
Мячи: - малые мячи; - резиновые мячи; - волейбольные мячи; - баскетбольные мячи;	
Корзины	
Обручи	
Скакалки	
Гимнастическая стенка	
Перекладины подвесные	
Скамейки	
Гимнастические маты	

Информационное обеспечение:

Учебно-методическая литература

№	Автор, год издания, название пособия	Вид пособия
1	Рунова М.А. Двигательная активности ребенка в детском саду. – М.: Айрис-Пресс, 2000	Методическое пособие
2	Лях В. И. Развивая координационные способности. Физическая культура в школе, 88№12	Методическое пособие
3	Маврудиева Н. Подвижные игры как средство развития двигательных качеств и оформления специфических умений в обучении по минибаскетболу. Син., 2002.	Методическое пособие
4	Кетов Г.Б., Чарный Б.М. Игра и её роль в физическом воспитании: Методическое пособие– Пермь: Изд-во ПОИПКРО, 2001	Методическое пособие
5	Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры – к спорту: Сборник эстафет и игровых заданий – М: Физкультура и спорт, 1985 г.	Сборник эстафет и игровых заданий
6	Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников [Текст]: методический конструктор: пособие для учителя / Д.В.Григорьев, П.В.Степанов. – М.: Просвещение, 2011. – 223 с. – (Стандарты второго поколения)	Пособие для учителя
7	Ресурсы Интернет.	

Список литературы

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников: Из опыта работы – М Просвещение, 1983г.
2. Безруких М.М. Возрастная физиология. Учебник для ВУЗов-М.: изд. Центр Академия,2001 -520с.
3. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры – к спорту: Сборник эстафет и игровых заданий – М: Физкультура и спорт, 1985 г.
4. Кетов Г.Б., Чарный Б.М. Игра и её роль в физическом воспитании: Методическое пособие. – Пермь: Изд-во ПОИПКРО, 2001
5. Лях В.И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития. М., 1998
6. Лях В.И. Физическая культура. 1-4-й класс. Учеб. Пособие. М., 2002.
7. Маврудиева Н. Подвижные игры как средство развития двигательных качеств и оформления специфических умений в обучении по минибаскетболу. Син., 2002.
8. Матвеев А.П. Методика физического воспитания в начальной школе: Учеб. пособие для студентов.-М.:Владос-пресс,2003.-248с.
9. Найминова Э. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. - Ростов н/Д:Феникс,2001-256с.
10. Портнов Ю.М. Баскетбол. Учебник для ВУЗов-М.:Астра-семь, 1997.-479с.
11. Рунова М.А. Двигательная активности ребенка в детском саду. – М.: Айрис-Пресс, 2000
12. Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для ВУЗов. -М.: Изд.центр «Академия»,2001.-480с
13. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе. Книга для педагога. Ростов н/Д: Феникс,2004-624с.

Тестирование физической подготовленности исходное

1) Челночный бег 3X10 метров

2) Отбивание мяча от пола.

3) Подбрасывание и ловля мяча.

1) Тест «Челночный бег 3X10 метров».

Цель: определить способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки в челночном беге на 10 метров.

Ребенок встает у контрольной линии, по сигналу «Марш!» (в этот момент педагог включает секундомер) трехкратно преодолевает 10-метровую дистанцию.

Фиксируется общее время бега.

2) Тест «Определение ручной ловкости при подбрасывании мяча».

Цель: оценить ловкость при подбрасывании и ловле мяча.

Ребенок принимает исходное положение: ноги на ширине плеч и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20 см как можно выше большее количество раз.

Из двух попыток фиксируется лучший результат.

3) Тест «Отбивание мяча от пола»

Цель: оценить ловкость, скорость реакции, устойчивость позы при отбивании мяча от пола.

Ребенок стоит в исходном положении ноги на ширине плеч и одной рукой отбивает мяч от пола максимальное количество раз. При выполнении задания не разрешается сходить с места. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Ориентировочные показатели физической подготовленности детей 6,5 – 7 лет

№	Наименование показателя	возраст	мальчики	девочки
1	Челночный бег 3X10 м, сек.	6,5 – 7 лет	9.8 – 9.5	10.0 – 9.9
2	Подбрасывание и ловля мяча, кол-во раз		26 - 40	26 - 40
3	Отбивание мяча от пола, кол-во раз		11 - 20	10 - 20

1.Способы проверки навыков владения мячом в конце первого года обучения

I блок: упражнения с передачей мяча					
	Тест	Условия выполнения	Результат		
			Высокий уровень 3балла	Средний уровень 2 балла	Низкий уровень 1балл
1	Передача мяча двумя руками в парах, стоя на месте	Расстояние 2, 5-3м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
2	Передача мяча двумя руками в парах с отскоком о землю	3-4м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
3	Передача мяча двумя руками в парах, передвигаясь вперёд боковым галопом	10м (не уронить мяч)	8-10м	5-7м	1-2м
II блок: упражнения с ведением мяча					
1	Ведение мяча на месте двумя руками	10с	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза
2	Ведение мяча правой и левой рукой вокруг себя	Время не ограничено	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза
3	Ведение мяча правой и левой рукой, шагом продвигаясь вперёд	Расстояние 10м (не потерять мяч)	10м	5м	1-2м
III блок: упражнения с бросками мяча в корзину					
1	Бросок мяча в корзину, поставленную на пол, способом от груди	10 бросков, расстояние до корзины 2м	8-10 раз	3-7 раз	0-2м
2	Бросок мяча в кольцо, стоя на месте, двумя руками, способом из-за головы	5 бросков, расстояние до кольца 2,5-3м	4-5раз	2-3 раза	0-1раз
3	Бросок мяча в кольцо после ведения с фиксации остановки	3 броска, ведение – 5м	3 раза	1-2 раза	0
Сумма баллов за тесты			27	18	9

Высокий уровень – от 19 до 27баллов, воспитанник освоил все элементы владения мячом, выполняет уверенно, свободно, в хорошем темпе.

Средний уровень – от 10 до 18 баллов, воспитанник выполняет все элементы владения мячом, но допускает незначительные ошибки.

Низкий уровень – от 0 до 9 баллов, воспитанник допускает много ошибок, слабо координирован, глазомер слабо развит.

2.Способ проверки координации

Челночный бег 3X10 м, сек.

мал.	9.8 – 9.5
дев.	10.0 – 9.9

Листок спортивных достижений

№	Фамилия Имя	Передачи мяча	Броски мяча	Ведение мяча	Челночный бег 3X10м	Номинации («лучший стрелок», «самый внимательный игрок» и т.д.)
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						

Листок участия в спортивной жизни школы

№	Фамилия Имя	Дата	Вид и название соревнований	Место (или степень участия)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

Календарно - тематическое планирование

2 класс

№п/п	Тема урока	Дата проведения (планируемая)	Дата проведения (фактическая)
<i>1 четверть</i>			
1	Правила безопасности и поведения на занятиях. Выявление уровня физической подготовленности.		
2	Ведение и передачи мяча разученными способами.		
3	Ведение и передачи мяча.		
4	Ведение и передачи мяча.		
5	Ведение мяча в разных стойках. Броски мяча в «корзину».		
6	Ведение мяча в разных стойках. Броски мяча в «корзину».		
7	Ведение мяча в разных стойках. Броски мяча в «корзину».		
8	Ведение и обводка соперника.		
9	Эстафеты с элементами баскетбола.		
	<i>Итого за четверть –</i>		
	<i>Отставание в часах</i>		
	<i>Вывод о выполнении программы</i>		
<i>2 четверть</i>			
1	Ведение и обводка соперника.		
2	Ведение и обводка соперника.		
3	Ведение и обводка соперника.		
4	Ведение и передачи мяча.		
5	Ведение и передачи мяча.		
6	Ведение и передачи мяча.		
7	Ведение и передачи мяча.		
8	Подвижные игры с мячом.		
	<i>Итого за четверть –</i>		
	<i>Отставание в часах</i>		
	<i>Вывод о выполнении программы</i>		
<i>3 четверть</i>			
1	Ведение и броски мяча в «корзину». Эстафеты.		

2	Ведение и броски мяча в «корзину». Эстафеты.		
3	Ведение и броски мяча в «корзину». Эстафеты.		
4	Ведение и броски мяча в «корзину». Эстафеты.		
	Ведение и броски мяча в «корзину». Эстафеты.		
5	Ведение, передачи и броски мяча. Игра «Мяч капитану»		
6	Ведение, передачи и броски мяча. Игра «Мяч капитану»		
7	Ведение, передачи и броски мяча. Игра «Мяч капитану»		
8	Ведение, передачи и броски мяча. Игры с мячом.		
9	Подвижные игры с мячом		
	Итого за четверть –		
	Отставание в часах		
	Вывод о выполнении программы		
4 четверть			
1	Ведение, передачи и броски мяча. Двухсторонние и подвижные игры.		
2	Ведение, передачи и броски мяча. Двухсторонние и подвижные игры.		
3	Ведение, передачи и броски мяча. Двухсторонние и подвижные игры.		
4	Ведение, передачи и броски мяча. Двухсторонние и подвижные игры.		
5	Ведение, передачи и броски мяча. Двухсторонние и подвижные игры.		
6	Ведение, передачи и броски мяча. Двухсторонние и подвижные игры.		
7	Ведение, передачи и броски мяча. Двухсторонние и подвижные игры.		
8	Ведение, передачи и броски мяча. Двухсторонние и подвижные игры.		
34 ч.			
	Итого за четверть -		
	Отставание в часах-		
	Вывод о выполнении программы -		
	Итого за год -		
	Отставание в часах -		

	<i>Вывод о выполнении программы за год -</i>		
--	--	--	--

**Календарно - тематическое планирование
4 класс**

№п/п	Тема урока	Дата проведения (планируемая)	Дата проведения (фактическая)
<i>1 четверть</i>			
1	Правила безопасности и поведения на занятиях. Выявление уровня физической подготовленности.		
2	Ведение и передачи мяча разученными способами.		
3	Ведение и передачи мяча.		
4	Ведение и передачи мяча.		
5	Ведение мяча в разных стойках. Броски мяча в «корзину».		
6	Ведение мяча в разных стойках. Броски мяча в «корзину».		
7	Ведение мяча в разных стойках. Броски мяча в «корзину».		
8	Ведение и обводка соперника. Эстафеты с элементами баскетбола.		
	<i>Итого за четверть –</i>		
	<i>Отставание в часах</i>		
	<i>Вывод о выполнении программы</i>		
<i>2 четверть</i>			
1	Ведение и обводка соперника.		
2	Ведение и обводка соперника.		
3	Ведение и обводка соперника.		
4	Ведение и обводка соперника.		
5	Ведение и передачи мяча.		
6	Ведение и передачи мяча.		
7	Ведение и передачи мяча.		
8	Ведение и передачи мяча.		
	<i>Итого за четверть –</i>		
	<i>Отставание в часах</i>		
	<i>Вывод о выполнении программы</i>		
<i>3 четверть</i>			
1	Ведение и броски мяча в «корзину». Эстафеты.		
2	Ведение и броски мяча в «корзину». Эстафеты.		
3	Ведение и броски мяча в «корзину». Эстафеты.		
4	Ведение и броски мяча в «корзину». Эстафеты.		
5	Ведение и броски мяча в «корзину». Эстафеты.		

6	Ведение, передачи и броски мяча. Игра «Мяч капитану»		
7	Ведение, передачи и броски мяча. Игра «Мяч капитану»		
8	Ведение, передачи и броски мяча. Игра «Мяч капитану»		
9	Ведение, передачи и броски мяча. Игры с мячом.		
10	Ведение, передачи и броски мяча. Игры с мячом.		
	Итого за четверть –		
	Отставание в часах		
	Вывод о выполнении программы		
4 четверть			
1	Ведение, передачи и броски мяча. Игры с мячом.		
2	Двухсторонние и подвижные игры.		
3	Двухсторонние и подвижные игры.		
4	Двухсторонние и подвижные игры.		
5	Двухсторонние и подвижные игры.		
6	Двухсторонние и подвижные игры.		
7	Двухсторонние и подвижные игры.		
8	Двухсторонние и подвижные игры.		
34ч.			
	Итого за четверть -		
	Отставание в часах-		
	Вывод о выполнении программы -		
	Итого за год -		
	Отставание в часах -		
	Вывод о выполнении программы за год -		