

**Государственное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №331  
Невского района Санкт-Петербурга**

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим  
советом

\_\_\_\_\_  
ГБОУ СОШ №331  
Протокол №1 от «31»  
августа2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором школы

\_\_\_\_\_  
Балянец А.С.  
Приказ №692 от «31»  
августа2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности  
«Основы спортивных игр»  
для обучающихся 3х классов**

Санкт-Петербург, 2023

**Рабочая программа занятий по внеурочной деятельности**  
**«Основы спортивных игр»**  
**3 классы**  
**(1 час в неделю, 34 часа за год)**

**Организация-разработчик:** ГБОУ школа №331 Невского района Санкт-Петербурга

**Оглавление**

1. Пояснительная записка .....	2
1.2 Описание учебно – методического комплекта	2
1.3 Методические и учебные пособия:	3
1.4 Электронные ресурсы:	3
2 Планируемые результаты освоения материала по программе	4
2.1 Содержание тематических линий программы внеурочной деятельности .....	6
3. Годовой учебный план	6
3.1. Годовой учебно-тематический план .....	6
3.2. Тематическое планирование 3 класс .....	7

**1. Пояснительная записка**

В соответствии с ФГОС начального общего образования и в соответствии с планом внеурочной деятельности ГБОУ школы №331 данная программа рассчитана на преподавание курса «Основы спортивных игр» в 3 классах в объеме 1 час в неделю, за год – 34 часа.

**1.2 Описание учебно – методического комплекта**

Программа «Основы спортивных игр» для 3х классов направлена на достижение планируемых результатов, реализацию программы формирования универсальных учебных действий.

Направление данного курса внеурочной деятельности – **спортивно - оздоровительное**

**Цель программы:**

Развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья через занятия спортивными играми.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- обучать правилам игры в футбол, баскетбол.
- обучать основным техническим приемам спортивных игр.

**Развивающие:**

- развивать скоростную выносливость, гибкость,

- развивать быстроту реакции,
- совершенствовать координацию и быстроту движений,
- развивать оперативное мышление, умение концентрировать и переключать внимание.

#### **Воспитательные:**

- воспитывать спортивную дисциплину,
- воспитывать чувство товарищества и взаимовыручки.

**оздоровительная направленность**, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;  
повышение двигательной подготовленности обучающихся, отвечающей требованиям учебной программы.

### **1.3 Методические и учебные пособия:**

#### **Для ученика:**

1. Г.А. Колодиницкий. Серия книг – методических рекомендаций для учащихся для самостоятельных занятий различными видами спорта: «Внеурочная деятельность учащихся». М. Просвещение
2. А.П.Матвеев - учебник «Физическая культура 3-4 класс». М.: Просвещение

#### **Для учителя**

- 1.Г.А. Колодиницкий. Серия книг – методических рекомендаций для учащихся для самостоятельных занятий различными видами спорта: «Внеурочная деятельность учащихся». М. Просвещение
- 2.А.П.Матвеев - учебник «Физическая культура 3-4 класс». М.: Просвещение

### **1.4 Электронные ресурсы:**

<http://school5.bolshoy-beysug.ru/metodicheskie-materialy/fizkultura/155-basketbol-v-nachalnykh-klassakh>

<http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf>

<https://kopilka.edu-eao.ru/osobennosti-organizatsii-i-metodika-obucheniya-igre-v-basketbol-v-nachalnyh-klassah/>

<https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2013/04/23/programma-po-basketbolu-v-nachalnoy-shkole>

<https://infourok.ru/metodika-nachalnogo-obucheniya-igre-v-futbol-8-9-let-5568587.html>

<https://static.rfs.ru/documents/1/5fec42a73e389.pdf>

### **2. Планируемые результаты освоения материала по программе**

**«Основы спортивных игр»  
для обучающихся 3х классов**

В результате изучения курса «Основы спортивных игр» обучающиеся будут знать и уметь:

**По образовательному компоненту программы:**

- знать, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- иметь знания и умения в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры
- правила футбола, баскетбола.

**По развивающему компоненту программы:**

- уметь выполнять основные технические приемы футбола, баскетбола.

**По воспитательному компоненту программы:**

- иметь воспитание чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- иметь личную дисциплинированность;
- уметь пропагандировать здоровый образ жизни,
- участвовать в спортивно-массовых мероприятиях и физкультурно-оздоровительных праздниках.

**Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:**

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностные результаты** включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированной мотивации к обучению и познанию, ценностно – смысловые установки и отражают:

- 1) формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- 2) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 4) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 5) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 6) развитие этических качеств, доброжелательности, и эмоционально – нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 7) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 8) формирование установки на безопасный здоровый образ жизни.

**Метапредметными результатами** включают освоение обучающимися универсальных учебных действий (познавательные, регулятивные, коммуникативные), которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, межпредметные понятия и отражают:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 3) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;
- 4) 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 окружающих;
- 5) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- 6) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты** включают освоение обучающимися в процессе изучения данного предмета опыт деятельности по получению нового знания, его преобразованию, применению и отражают:

- 1) Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального, психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- 2) овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры, и т. д.);
- 3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- 4) взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных, спортивных игр и соревнований.
- 5) выполнение технических действий из базовых видов спорта; применение их в игровой и соревновательной деятельности;

## **2.1 Содержание тематических линий программы внеурочной деятельности 3е классы**

### **Вводное занятие**

Цели и задачи, план работы занятий, правила техники безопасности на занятиях.

### **Основы футбола**

Стойка игрока, передвижения, ведение мяча, передачи мяча, удары по мячу, остановка мяча, удары по воротам, игра вратаря, подвижные игры, комбинации из освоенных элементов, правила игры, игра по упрощенным правилам.

### **Основы баскетбола**

Стойка игрока, передвижения, ведение мяча, ловля и передачи мяча, броски мяча по кольцу, подвижные игры, комбинации из освоенных элементов, правила игры, игра по упрощенным правилам.

### 3. Годовой учебный план

3е классы - 34 часа

#### 3.1 Годовой учебно-тематический план

<b>№</b>	<b>Раздел (тема, модуль, глава) курса</b>	<b>№ занятий (в плане)</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Вводное занятие	1	1
2	Основы футбола	1-9 28-34	16
3	Основы баскетбола	10-27	17
Всего по учебному плану			<b>34</b>

### 3.2. Тематическое планирование

№ урока	Дата проведения (план)	Содержание учебного материала	Кол-во часов	Тип / форма урока	Планируемые результаты обучения		Виды и формы контроля	Примечание
					Предметные	Метапредметные		
		<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>					
1		Основы знаний о физической культуре; особенностях физических упражнений; технике безопасности на занятиях, гигиенические правила	1	ИНМ	Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального, психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;.	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;	ИНМ	
2		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях..Ф/б: разминка, стойка игрока, передвижения, различные способы ведения мяча, подвижные игры.	1	ИНМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха	ИНМ	
3		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Ф/б: разминка, стойка игрока, передвижения, различные способы ведения мяча, подвижные игры.	1	ЗИМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха		

4		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. ОРУ, техника выполнения специальных беговых упражнений. П/игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега.	1	ИНМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата		
5		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. ОРУ.Ф/б: разминка, техника передач и остановок мяча.	1	ЗИМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата		
6		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. ОРУ. Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. ОРУ. Ф/б: разминка, техника передач и остановок мяча.	1	ИНМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии поставленной задачей и условиями ее реализации; определять		



						наиболее эффективные способы достижения результата		
7		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. ОРУ. Ф/б: техника передач и остановок мяча, подвижные игры с элементами футбола.	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата		
8		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. ОРУ. Эстафеты с элементами футбола.	1	ИНМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	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 окружающих.	ИНМ	
9		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. ОРУ. Эстафеты с элементами футбола.	1	ИНМ ЗИМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований	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 окружающих		
10		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Б/б стойка игрока, перемещения в стойке, повороты, ведение мяча на месте, в шаге.	1	ИНМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	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 окружающих		
11		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Общеразвивающие упражнения. Б/б стойка игрока, перемещения в стойке, повороты, ведение мяча на месте, в шаге.	1	ЗИМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	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 окружающих		

12		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Общеразвивающие упражнения. Б/б ведение мяча в движении по прямой и с изменением направления движения.	1	ЗИМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	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 окружающих		
13		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Общеразвивающие упражнения Б/б техника ловли и передач мяча.	1	ЗИМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	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 окружающих		
14		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Общеразвивающие упражнения. Б/б техника ловли и передач мяча.	1	ЗИМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	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 окружающих		
15		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Общеразвивающие упражнения. Б/б передачи мяча после ведения.	1	ЗИМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	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 окружающих		
16		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Общеразвивающие упражнения. Б/б передачи мяча после ведения.	1	ИНМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха		
17		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Общеразвивающие упражнения. Б/б передачи мяча после ведения.	1	ЗИМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований. деятельности;	Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества		

18		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях Общеразвивающие упражнения. Прыжки в длину с места. П/игры с элементами прыжковых упражнений.	1	ЗИМ	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	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 окружающих		
19		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях Общеразвивающие упражнения, ведение мяча, подвижные игры с элементами б/б	1	ИНМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха		
20		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях Общеразвивающие упражнения, ведение мяча, подвижные игры с элементами б/б	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	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 окружающих		

21		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях Общеразвивающие упражнения. Б/б техника броска по кольцу двумя руками от груди рукой, послеведения .	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	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 окружающих		
22		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях Общеразвивающие упражнения. Б/б техника броска по кольцу двумя руками от груди рукой, после ведения .	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	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 окружающих		
23		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях Общеразвивающие упражнения. Б/б техника броска по кольцу двумя руками от груди рукой, после ведения.	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	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 окружающих		

24		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях.Общеразвивающие упражнения. Эстафеты с элементами б/б	1	ИНМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха		
25		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Эстафеты с элементами б/б	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	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 окружающих		
26		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях.Общеразвивающие упражнения Б/б игра по упрощенным правилам	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	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 окружающих		
27		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях.Общеразвивающие упражнения. повторение	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и	Определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций		

		техники ведения мяча различными способами.			соревновательной деятельности;	и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение окружающих		
28		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях.Общеразвивающие упражнения. техника передач мяча различными способами, после ведения, остановка мяча	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	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 окружающих		
29		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях.Общеразвивающие упражнения. техника ударов, поворотов после ведения мяча, технические действия вратаря	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	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 окружающих		
30		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Комбинации из изученных	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, при-	Готовность конструктивно разрешать конфликты		



		элементов, подвижные игры с элементами футбола.			менять их в игровой и соревновательной деятельности;	посредством учета интересов сторон и сотрудничества		
31		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Комбинации из изученных элементов, подвижные игры с элементами футбола.	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества		
32		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Комбинации из изученных элементов, двухсторонняя игра.	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества		
33		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Комбинации из изученных элементов, двухсторонняя игра.	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества		
34		Особенности физических упражнений и ТБ на занятиях. Комбинации из изученных элементов, двухсторонняя игра.	1	ЗИМ	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества		
		<b>Итого</b>	<b>34</b>					