

Согласовано
Зам. директора по УВР МОУ «ООШ №2»
Энгельсского муниципального района
 /А. В. Сливина/

«Утверждаю»
Директор МОУ «ООШ №2»
Энгельсского
муниципального района
 /Дингес Н.А./
Приказ № 252 от 01.09.2020 г.

Рабочая программа
по курсу внеурочной деятельности
«Физкультура. Подвижные игры.»
спортивно-оздоровительное направление
для обучающихся 1класса
МОУ «ООШ № 2»
на 2020/2021 учебный год

Составители:

Пуганова Н.И., учитель начальных классов

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Физкультура. Подвижные игры» составлена в соответствии с учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе программы общеобразовательных учреждений по физической культуре начального общего образования Т.В.Петрова, Ю.А.Копылов, Н.В.Полянская, С.С.Петров.- М.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Физкультура. Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительное направление, так как направлена на укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

Разработанная программа внеурочной деятельности «Физкультура. Подвижные игры» предназначена для обучения учащихся 1класса.
Рабочая программа рассчитана на 33 часа в год (1 ч в неделю при 33 учебных неделях).

Для реализации рабочей программы внеурочной деятельности «Физкультура. Подвижные игры» возможно применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Программа курса обеспечивает достижение результатов:

Личностные УУД:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладения и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные УУД:

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- 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;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Содержание курса внеурочной деятельности

№ п/п	Разделы программы	Кол-во часов	Формы организации учебных занятий
1.	Ходьба и бег.	3	–наблюдения - соревнования - игровые моменты - постановка и решение проблемных вопросов
2.	Прыжки.	3	–наблюдения - соревнования - игровые моменты - постановка и решение проблемных вопросов
3.	Подвижные игры на основе баскетбола	4	–наблюдения - соревнования - игровые моменты - постановка и решение проблемных вопросов
4.	Гимнастика	6	–наблюдения - соревнования - игровые моменты - постановка и решение проблемных вопросов
5.	Подвижные игры	8	–наблюдения - соревнования - игровые моменты - постановка и решение проблемных вопросов
6.	Лёгкая атлетика	9	–наблюдения - соревнования - игровые моменты - постановка и решение проблемных вопросов
	Итого:	33	

Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Разделы, темы занятий	Кол-во часов	Дата		Характеристика деятельности
			План	факт	
1.	Обычный бег. Бег с ускорением. .Игра «Пустое место».	1			Мир движений.
2.	Прыжки на одной и двух ногах. .Игра «К своим флажкам».	1			Развитие скоростно-силовых способностей.
3.	Метание малого мяча из положения стоя. .Игра «Пятнашки».	1			Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли.
4.	Равномерный бег. Чередование ходьбы, бега. Игра «Змейка»	1			Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться.
5.	Общеразвивающие упражнения(скорость, бег по кругу) Игра «Пятнашки». Комбинированные эстафеты	1			Развитие скоростно-силовых способностей.
6.	Развитие выносливости. Понятие здоровье. Урок – игра «Колдунчики»	1			Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями соблюдая правила игр и безопасность.
7.	Прыжки со скакалкой. Урок – игра «Два мороза»	1			Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь и др.
8.	Название основных гимнастических снарядов. Игра «Пройти бесшумно».	1			Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.
9.	Лазание по гимнастической скамейке. Игра «Кто быстрее»	1			Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей.
10.	Лазание по гимнастической скамейке. Т.Б. Игра «Смена мест»	1			Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища.
11.	Равновесие . Строевые упражнения.. Игра «Два мороза»2	1			Основы знаний о развитии гимнастики и акробатики.
12.	Эстафеты с обручем, скакалкой. Урок – игра «»Гуси – лебеди»».	1			Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его

					результата с заданным эталоном.
13.	Подвижная игра «Вышибалы».	1			Применять правила техники безопасности при выполнении упражнений с элементами лазания и перелезания.
14.	Подвижные игры на развитие координации. Урок – игра «пятнашки»	1			Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности.
15.	Эстафеты на развитие координации. Урок – игра «Салки»».	1			Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
16.	Общеразвивающие упражнения. Игра «Волк во рву»2	1			Значение закаливания для укрепления здоровья.
17.	Круговые эстафеты. Урок – игра «Горелки»2	1			Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности.
18.	Общеразвивающие упражнения в движении. Игра «Удочка»	1			Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.
19.	Ловля мяча на месте. Урок – игра «Займи своё место»	1			Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.
20.	Эстафеты с мячом. Игра «Передал – садись»	1			Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.
21.	Передача мяча снизу на месте.	1			Техника спусков и подъемов.
22.	Игра в мини баскетбол. Развитие координационных способностей.	1			Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.
23.	Ведение мяча на месте. Мини баскетбол.	1			Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности.
24.	Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч»	1			Осваивать технические действия основ спортивных игр.
25.	Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка»»	1			Соблюдать дисциплину и правила техники

					безопасности во время спортивных и подвижных игр
26.	Игра в мини- баскетбол.	1			Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.
27.	Равномерный бег, с изменением направления движения.	1			Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.
28.	Эстафеты с обручем, скакалкой.	1			Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.
29.	Подвижные игры. Бег на 60 метров.	1			Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
30.	Промежуточная аттестация. Контрольная работа.	1			Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.
31.	Отработка техники метания и ловли мяча.	1			Правила и технику выполнения челночного бега.
32.	Эстафеты. Подвижные игры.	1			Пробегать в равномерном темпе 4 минуты Выполнять высокий старт с последующим ускорением.
33.	Эстафеты. Подвижные игры.	1			Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.