

Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Спортивные и подвижные игры»

2 класс

1. Пояснительная записка.

целью программы является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- Совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- Формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- Обучении простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

1. ПЛАНИРУЕМЫ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Освоение курса вносит существенный вклад в достижение личностных результатов начального образования.

У обучающихся будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
 - широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно – познавательные и внешние мотивы;
 - ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности;
 - учебно – познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи;
 - способность к самооценке на основе критерия успешности учебной деятельности;
 - основы гражданской идентичности в форме осознания «Я» как гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие, осознание своей этнической принадлежности;
 - ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей;
 - развитие этических чувств – стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
 - знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциации моральных и конвенционных норм, развитие морального как переходного от доконвенциональных к конвенциональному уровню;
 - установка на здоровый образ жизни;
 - чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой;
 - эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживания им.
- Обучающийся получит возможность для формирования:

- внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно – познавательных мотивов и предпочтений социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебно – познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно – познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учета позиции партнеров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- установка на здоровый образ жизни и реализации в реальном поведении и поступках;
- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.

Метапредметные результаты освоения учебного предмета.

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свое действие с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;
- осуществлять итоговый контроль по результату;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- различать способ и результат действия;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок;
- выполнять учебные действия в материализованной, громкоречевой и умственной форме.

Обучающийся получит возможность:

- адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, определять качество и уровня усвоения;
- устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели;
- соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;
- активизация сил и энергии, к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта;
- концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий;
- стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач.

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы;
- использовать знаково – символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач;
- строить речевое высказывание в устной и письменной форме;
- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;
- основам смыслового чтения художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из текстов разных видов;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- проводить сравнение, сериализацию и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно – следственные связи;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т.е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
- устанавливать аналогии;
- владеть общим приемом решения задач.

Обучающийся получит возможность научиться:

- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;
- моделировать, т.е. выделять и обобщенно фиксировать группы существенных признаков объектов с целью решения конкретных задач;
- поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах;
- сбор информации (извлечение необходимой информации из различных источников)
- обработка информации (определение основной и второстепенной информации);
- анализ информации;
- передача информации (устным, письменным, цифровым способами);
- интерпретация информации;
- оценка информации (критическая оценка, оценка достоверности);
- подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков;
- анализ;
- синтез;
- сравнение;
- сериация;
- классификация по заданным критериям;
- установление аналогий;
- установление причинно-следственных связей;
- построение рассуждения;
- обобщение.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Содержание и способы общения и коммуникации обуславливают развитие способности ребёнка к регуляции поведения и деятельности, познанию мира, определяют образ «Я» как систему представлений о себе, отношений к себе, использование средств языка и речи для получения и передачи информации, участие в продуктивном диалоге; самовыражение: монологические высказывания разного типа.

Обучающийся научиться:

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приводить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнеров;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалоговой формой речи.

Обучающийся получит возможность научиться:

- слушать собеседника;
- определять общую цель и пути ее достижения;
- осуществлять взаимный контроль,
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих,
- оказывать в сотрудничестве взаимопомощь;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности,
- прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения
- разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.

Предметные результаты освоения учебного предмета

Обучающийся научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; «игра»; «правила игры»;
- характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Обучающийся получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Обучающийся научится:

- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

Обучающийся получит возможность научиться:

- целенаправленно отбирать подвижные игры для проведения досуга и самосовершенствования физических качеств;
- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Обучающийся научится:

- выполнять игровые действия и подвижные игры разной функциональной направленности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- играть в подвижные игры по установленным правилам;
- выполнять передвижения на лыжах в процессе подвижных игр, эстафет, соревнований.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание модуля «Спортивные и подвижные игры» помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Режим дня», «Чтоб здоровыми остаться надо...», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел

Народные игры, в том числе и игры народов Севера: «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», «Наседка и коршун», «Удар по веревочке», «Быстроногие олени», «Охота на оленей», «Олени упряжки», «Стой, олень!», «Каюр и собаки», «Льдинка, ветер и мороз».

Подвижные игры: «Волк во рву», «Салки», «Класс смирно!», «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Карлики и великаны», «Найди себе пару», «У ребят порядок строгий», «Кочка, дорожка, копна», «Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», «Космонавты», «Зайцы в огороде».

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», «Ору с использованием скороговорок», «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».

Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами.

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Малые олимпийские игры», «День здоровья», «Эстафеты».

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

№	Тема раздела	Общее количество часов
1	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи	6
2	Народные игры	6
3	Подвижные игры	14
4	Спортивные игры	3
5	Спортивные праздники	5
Итого		34

Календарно-тематическое планирование

План	Дата	
Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи 6ч.		
		ТБ в физкультурном зале. Игры на внимание «Класс, смирно!», «Запрещенное движение»
		Беседа о гигиене. Игры «Карлики-великаны», «Запомни- порядок»
		Беседа «Утренняя гимнастика». Комплекс утренней гимнастики. Игры с элементами ОРУ
		Беседа о правильном режиме дня. Игры «Волк во рву», «Салки с мячом»
		«Челночный бег». Эстафеты с бегом на скорость
		Комплекс ОРУ со скакалкой. Игра «Зайцы в огороде»
Народные игры 6 ч.		
		Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»
		Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»
		Игры народов Севера «Каюр и собаки», «Льдинка, ветер и мороз»
		Игры народов Севера «Быстроногие олени», «Охота на оленей»
		Игры народов Севера «Оленьи упряжки», «Стой, олень!»
		Русская народная игра «Удар по веревочке»
Подвижные игры 14ч.		
		Беседа: «Чтоб здоровыми остаться, надо...». Игры «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты».
		Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.
		Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».

		Весёлые старты со скакалкой.
		Игра «Не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»
		Беседа «Красивая осанка». Игры «Волк во рву», «Шишки, желуди, орехи».
		Зимние игры. Игры «Захват крепости», «Попади в цель».
		Зимние игры. «Два Мороза», «Метко в цель».
		Переноска и надевание лыж. Ступающий шаг без палок. Эстафеты с лыжами.
		Игры на лыжах. «Биатлон»
		Катание на санках и лыжах
		Катание на санках и лыжах
		Катание на санках и лыжах
		Подъем и спуск со склона на санках, лыжах.
Спортивные игры 3 ч.		
		Беседа «Как уберечь себя от болезней». Элементы игры в баскетбол.
		Виды приемов в волейболе. Игра в волейбол в круге.
		Правила игры в футбол. Отработка удара ногой.
Спортивные праздники 5ч.		
		Беседа «Мир движений и здоровье». День здоровья.
		Олимпийские игры
		Большие гонки
		Итоговые эстафеты.
		Игры по выбору детей