

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Образовательный центр №4»

Энгельсского муниципального района Саратовской области

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол от «30» 08 № 1
Руководитель ШМО ИВ
/ Карнаулова Н.В. /

СОГЛАСОВАНО.
заместитель директора по УВР
ИВ Учаева Н.А.
«02» 09 2024г.

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МАОУ «Образовательный
центр №4»
ИВ Самойлова И.В.
Приказ от «02» 09 № 125

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

Название «Сильные, смелые, ловкие»

Направление спортивно-оздоровительное
Класс 2

Разработчик
Давыдова Е.Д.
учитель физической культуры

1. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности по физической культуре разработана для учащихся 1-4 классов общеобразовательной школы и направлена на реализацию комплексной программы по физической культуре в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования второго поколения. В основу структуры рабочей программы курса внеурочной деятельности «Сильные, Смелые, Ловкие» положены методические пособия: «Спортивные игры для детей» автор Громова О.Е., «Энциклопедия физических упражнений» автор Ежи Талага.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Сильные, Смелые, Ловкие» относится к спортивно оздоровительному направлению внеурочной деятельности в рамках ФГОС.

На занятиях предусматриваются следующие формы организации образовательной деятельности: индивидуальная, фронтальная, групповая. На изучение данной программы отводится 0,5 часа в неделю, 19 часов в год.

2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные УУД:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные :

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении упражнений, отбирать способы их исправления;
- 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;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

3. Содержание курса внеурочной деятельности

№ п/п	Название раздела (темы)	Кол-во часов		Форма организации занятия	Использование ИКТ (кол-во час)
		Теоретическая часть	Практическая часть		
1	Гигиена, предупреждение травм, самоконтроль, ЗОЖ - его составные, упрощенные правила судейства, основы судейской терминологии, умение самостоятельно заниматься физкультурой	Теоретические знания школьники получают на каждом занятиях в течение 10 минут			
2	Легкая атлетика		3		
3	Спортивные и подвижные игры		9		
4	Лыжная подготовка		4		
5	Гимнастика		3		

4. Тематическое планирование

№ п/п	Содержание занятий	Кол-во часов	По плану	По факту
	Легкая атлетика			
1	Инструктаж по Т.Б. Разновидности ходьбы. Бег 30м.	1	05.09	
2	Медленный бег. Игра футбол.	1	19.09	
3	Челночный бег. Прыжки в длину с места.	1	03.10	
	Спортивные и подвижные игры			
4	Т.Б. во время спортивных и подвижных игр. Правила игры в баскетбол.	1	17.10	
5	Передвижения с мячом.	1	31.10	
6	Упражнения с мячом.	1	14.11	
7	Ведение мяча на месте.	1	28.11	
8	Передача мяча.	1	12.12	
9	Ведение в движении. Игра «Не давай мяч водящему»	1	26.12	
	Лыжная подготовка			
10	Инструктаж по Т.Б. Как помочь друг другу при обморожениях	1	09.01	
11	Передвижение на лыжах скользящим шагом.	1	23.01	
12	Эстафеты на лыжах и санках. Катание с горы.	1	06.02	
13	Передвижение на лыжах 1 км.	1	20.02	
	Гимнастика			
14	Круговая тренировка.	1	06.03	
15	Акробатические упражнения.	1	20.03	
16	Эстафеты с элементами акробатики.	1	03.04	
	Спортивные и подвижные игры			
17	Встречная эстафета Игра Пионербол.	1	17.04	
18	Бег 300м. Игра Пионербол.	1	08.05	
19	Игра «Лапта»	1	22.05	
	Итого:		19	