

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАТЬ», 1 КЛАСС

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Вместе весело шагать» составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

1. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАТЬ»

1.Игры с бегом

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

Практические занятия:

- 1.Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении.
- 2.Игра «Отгадай, чей голос?».
- 3.Игра «Пустое место».
- 4.Игра «Космонавты».
- 5.Игра «Салки – ноги от земли».

2.Игры с мячом

История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

- 1.Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.
- 2.Игра «Метко в цель».
- 3.Игра «Мяч по полу».
- 4.Игра «Передача мяча в колоннах».
- 5.Игра «Кто самый меткий».

Игры с прыжками

Теория. Профилактика детского травматизма.

Знакомство с правилами дыхания во время прыжков.

1. Игра «Зеркало».
2. Игра «Забегалы».
3. Игра «Лягушка».
4. Игра «Пингвины с мячом».
5. Игра «Удочка». Закрепление изученных игр с прыжками.

4. Игры малой подвижности

Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки.

Комплекс специальных упражнений «Ровная спина».

Практические занятия:

1. Комплекс упражнений с мешочками.
2. Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия.
3. Игра «Замри».
4. Игра «Исправить осанку!»

5. Игра «Построение в шеренгу»
6. Игра «У ребят порядок строгий»

5. Зимние забавы

Первая помощь при обморожении.

Закаливание и его влияние на организм.

Практические занятия:

1. Игра «Не ходи на гору»,
2. Игра «Скатывание шаров».
3. Игра «Перебежки»
4. Игра «Салки со снежками».
5. Зимние эстафеты

6. Эстафеты

Профилактика детского травматизма.

Знакомство с правилами проведения эстафет.

Практические занятия:

1. «Вьюны».
2. «Стрекозы».
3. «Скорый поезд».
4. «На новое место».
5. «Веселые старты».
6. «Эстафета зверей».
7. «Бег по кочкам».

Виды и формы текущего, промежуточного контроля: наблюдение, самооценка, эстафеты, творческие работы, упражнения, выполнение нормативов ГТО.
Безотметочная система оценивания курса.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная, игровая.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАТЬ»

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Изучение курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» будет способствовать формированию следующие личностных результатов:

- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Изучение курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» будет способствовать формированию следующие метапредметных результатов:

Познавательные универсальные учебные действия:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;

- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАТЬ»

1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Игры с бегом	5	
2.	Игры с мячом	5	
3.	Игры с прыжками	5	
4.	Игры малой подвижности	7	

5.	Зимние забавы	5	
6.	Эстафеты	6	
	Итого:	33	