Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 20

Рассмотрено на заседании « УТВЕРЖДАЮ»

МО учителей \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Директор МБОУ СОШ № 20

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.И. Юзбекова

Приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ г.

протокол № \_\_\_ от «\_\_\_»\_\_\_\_\_ 20\_\_г.

Согласовано: Рассмотрено и рекомендовано к утверждению зам. директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_ на заседании педсовета МБОУ СОШ № 20

протокол № \_\_\_ от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности «Чемпион» во 2 классах

Разработал учитель физической культуры МБОУ СОШ № 20

Ткачук Елена Викторовна

г. Новочеркасск

**пояснительная записка**

Рабочая программа по внеурочной деятельности для 2 класса разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2012) и согласно:

- Приказу Министерства образования и науки РФ от 4 октября 2010г. № 986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»;

- Приказу Минобрнауки России от 05.10.2009 года № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

- Приказу Министерства общего и профессионального образования РО от 03.06.2010 года № 472 «О введении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования в образовательных учреждениях Ростовской области».

- Письмо Департамента общего образования Минобрнауки РФ от 12 мая 2011г., №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».

Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста. Во 2 классе ведётся 1 час в неделю, всего 33 часа**.**

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

**Цель программы*:*** создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных народных игр через включение их в совместную деятельность.

**Задачи**, решаемые в рамках данной программы:

* Создать условия для активизации двигательной активности младших школьников во внеурочное время;
* Способствовать ознакомлению детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
* Способствовать формированию умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
* Способствовать развитию сообразительности,  воображению,  коммуникативных умений, вниманию, ловкости, инициативности, быстроты реакции.
* Содействовать воспитанию культуры игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.
* Создать условия для развития основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ «ЧЕМПИОН»**

* Повышение двигательной активности детей.
* Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
* Развитие умений работать в коллективе.
* Формирование у детей уверенности в своих силах.
* Умение применять игры самостоятельно.

*Личностные результаты:*

* формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
* формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
* развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
* развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
* формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

*Метапредметные результаты:*

* формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
* 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 и поведение окружающих;
* готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

*Предметные результаты:*

* овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
* взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата** | | **Тема** | **Развитие и формирование качеств у учащихся** | **Игры** |
| **2а** | **2б** |
| 1 | 4.09 | 5.09 | Мир движений. | формирование представлений о мире движений, их роли в сохранении здоровья | «Игра белок», «Разведчики», «Щенок», «Хвостики». |
| 2 | 11.09 | 12.09 | Красивая осанка. | формирование правильной осанки и развитие навыков бега | "Веселы медвежата",«Тише едешь, дальше будешь», «Китайские пятнашки» |
| 3 | 18.09 | 19.09 | Казачьи народные игры | развитие ловкости; воспитание чувства ритма | «День и ночь», «Цурлюк», «Галка» |
| 4 | 25.09 | 26.09 | Сила нужна каждому. | развитие силы и ловкости | «Кто сильнее?», «Салки со стопами», «Удочка с прыжками», «Петушиный бой» «Очистить свой сад от камней», |
| 5 | 2.10 | 3.10 | Наш гибкий позвоночник. | развитие гибкости и ловкости | «Сделай фигуру», «Волна»,  «Запрещенное движение», «Зеркало» |
| 6 | 9.10 | 10.10 | Весёлая скакалка. | развитие ловкости и внимания | «Медведь спит», «Весёлая скакалка», «Удочка», |
| 7 | 16.10 | 17.10 | Сила нужна каждому. | развитие выносливости и силы | «Морская артиллерия », «Собираем арбузы», «Перетягивание каната». |
| 8 | 23.10 | 24.10 | Школа быстроногих | развитие быстроты | “Быстро по местам”  «Сокол и голуби», «Обведи и передай» |
| 9 | 30.10 | 31.10 | Народные игры. | развитие скоростных качеств, выносливости | **“Братец Кролик, братец Лис”.**  **“Быстроногие олени”,**  **“Охотники, волки и ёлки”.** |
| 10 | 13.11 | 14.11 | Красивая осанка | формирование правильной осанки | «С мешочком на голове», «Канатоходцы», «Не урони булаву», «За водой» |
| 11 | 20.11 | 21.11 | Игры народов мира | Знакомство с обычаями народов мира , развитие быстроты, ловкости. | Даг.н.и.“Слепой медведь”  (сокъур аюв.Бецаб ци ), Бел.н.  и. “Мельница”(млын), Тат.н.и.  “Скок-перескок”(Кучтем-куч). |
| 12 | 27.11 | 28.11 | Школа быстроногих | развитие быстроты и ловкости | **“Рыжий кот”, «**Бег в обруче**»,**  **«**Сквозь обруч**», «**Карась и щука**». «Быстро возьми»** |
| 13 | 4.12 | 5.12 | Волшебный обруч | развитие скоростных качеств, ловкости | «Кто дольше?», «Сумей догнать», «Прыжки через обруч», «Пустое место». |
| 14 | 11.12 | 12.12 | Метко в цель. | развитие меткости и координации движений | «Метко в цель», «Салки с большими мячами», **“Самая меткая команда”.** |
| 15 | 18.12 | 19.12 | Игры народов мира. | развитие быстроты и координации движений | Башк.н.и.“Липкие пеньки” (Иэбешкек букэндер), Евр.н.и. “Найди афикоман”, Даг.н.и.  “Слепой медведь” |
| 16 | 25.12 | 26.12 | Весёлая скакалка. | Развитие ловкости и координации движений | «Вращающаяся скакалка»,  «Скакалка под ногами», «Часы». |
| 17 | 15.01 | 16.01 | Русские народные игры | развитие физических качеств выносливости и ловкости, быстроты. | “Плетень”, «Мы веселые ребята», «Горелки», «Третий лишний» |
| 18 | 22.01 | 23.01 | Зимнее солнышко. | развитие выносливости и ловкости | «Два мороза», «Ловцы обезьян», «Заподня» |
| 19 | 29.01 | 30.01 | Зимнее солнышко. | развитие выносливости и ловкости | «Кто быстрее приготовиться»,  «Дед Мороз», «Мы веселые ребята» |
| 20 | 5.02 | 6.02 | Красивая осанка | развитие и укрепление мышечного корсета. | «Пробуждение» (массаж спины), «Близнецы», «Балансировка». |
| 21 | 12.02 | 13.02 | Школа быстроногих | развитие выносливости, быстроты и ловкости | «Салки», «Быстрый спуск»,  «Ключи», «Круговая лапта» |
| 22 | 19.02 | 20.02 | Зимнее солнышко. | развитие выносливости, ловкости и быстроты рекции. | «Мороз- Красный нос», «Нос- ухо - нос», «Стоп», «Западня», пальчик. гим. «Мы рисуем снеговика» |
| 23 | 26.02 | 27.02 | Народные игры. | развитие физических качеств выносливости и ловкости | «Ключи», **“Охотники, волки и ёлки” «Бездомный заяц»** |
| 24 | 5.03 | 6.03 | Веселый «киндер - сюрприз» | развитие координации, быстроты реакции, ловкости. | «Живые комочки», «Ловкачи», «Ветер», «Передай яйцо», «Удержи яйцо». |
| 25 | 12.03 | 13.03 | Ура - физкультминутка | Снятие напряжения с мышц спины и плечевого пояса. | «Есть у нас физкультминутка», «Чтобы сильным стать и ловким», «Мы поверили осанку», «Космонавт». |
| 26 | 19.03 | 20.03 | Удивительная пальчиковая гимнастика. | развитие мелкой моторики руки, координации движений | «Зам**о**к», «Ловкие пальчики» (киндер яйцо), «Линейка», |
| 27 | 2.04 | 3.04 | Школа мяча | развитие меткости, ловкости и координации движений | «Метание в цель», «Попади в мяч», «Передал садись», «Выбивалы», «Гонка мячей по кругу». |
| 28 | 9.04 | 10.04 | Волшебный обруч | развитие ловкости и координации движений | «Делай так – делай эдак», «Прокатывание обруча», «Пробеги в обруч», эстафета с обручем. |
| 29 | 16.04 | 17.04 | Игры с ракеткой и мячом | развитие координации движений, ловкости и быстроты реакции. | «Донеси – не урони», «Мяч о стену», «Метко в цель», «Кто больше отобьет». |
| 30 | 23.04 | 24.04 | Игры народов мира | Развитие ловкости, быстроты, координации движений. | «День и ночь», “Липкие пеньки”, “Слепой медведь”, “Скок-перескок”. |
| 31 | 30.4 | 8.05 | Школа быстроногих | Развитие выносливости, укрепление голеностопного сустава. | «Прыжок за прыжком» «Удочка», «Не урони мяч» «Хвостики», «Падающая палка» |
| 32 | 7.05 | 15.05 | Метко в цель | развитие меткости и координации движений | Метание магнитных дротиков в дарц , «Сбей кеглю», «Кто больше» |
| 33 | 14.05 | 22.05 | Мир движений и здоровья | развитие ловкости и быстроты, выносливости. | «Точный поворот», «Второй лишний». «Если бы ноги стали руками» |
| 34 | 21.05 |  | Мир движений и здоровья | Развитие ловкости, быстроты, координации движений. | Эстафеты с мячом, обручем, скакалкой. |

**МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА.**

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

* 1. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
  2. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 198
  3. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
  4. Гриженя В.Е. **Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие – М.,** Советский спорт, 2005. – 40 с.
  5. Дереклеева Н.И. Мастерская учителя «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» 1-5 классы- М., 2004.
  6. Дусовицкий А.К., Воспитывая интерес. – М., 2005
  7. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000
  8. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001
  9. Коробейников Н.К., Физическое воспитание. – М., 1989
  10. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М.,1991
  11. Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 1986.
  12. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей. – М., 1999.
  13. Осокина Т.И., Детские подвижные игры. – М., 1989.
  14. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. – М., 1984.
  15. Соловейчик С.Л., От интересов к способностям. – М., 1998.

СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ.

1. Мячи баскетбольные.
2. Мячи футбольные.
3. Мячи волейбольные.
4. Мячи резиновые(средние).
5. Мячи набивные (1 кг.)
6. Мячи фитболы.
7. Мячи для метания (150г.)
8. Конь гимнастический.
9. Гимнастический козел.
10. Гимнастические маты.
11. Скакалки .
12. Волейбольные стойки.
13. Волейбольная сетка.
14. Гимнастическое бревно.
15. Гимнастические скамейки
16. Стойки для прыжков в высоту.
17. гимнастический мост.
18. Обручи .
19. Гимнастические палки.
20. Теннисный стол.
21. Теннис настольный.
22. Беговая дорожка механическая.
23. Велотренажер.
24. Атлетическая доска.
25. Тренажер- штанга.
26. Яйца киндер сюрпризов