

**Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности
учебного курса внеурочной деятельности «Сильные, смелые,
ловкие»**

(спортивно – оздоровительное направление)

для 1 кл.

2015-2016 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Сильные, смелые, ловкие», 1кл. составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

1 класс - 33 часа, в неделю - 1 час

2015- 2016 уч. год

Цели и задачи учебного курса внеурочной деятельности «Развитие познавательных способностей», 1 кл.

Цель:

формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления собственного здоровья и организации активного отдыха

Задачи

1. Укрепление здоровья обучающихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию.
2. Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам.
3. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам
4. Способствовать расширению кругозора учащихся.
5. Содействовать взаимодействию взаимопониманий.
6. Развивать умения ориентироваться в пространстве.
7. Развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь.
8. Создавать условия для проявления чувства коллективизма.
9. Развивать активность и самостоятельность.
10. Активизировать двигательную деятельность детей

Содержание учебного курса внеурочной деятельности «Школа безопасности» 1 класс

Раздел 1. Народные игры (6 часов)

Русская народная игра «У медведя во бору». Русская народная игра «Филин и пташка». Русская народная игра «Горелки». Русская народная игра «Кот и мышь». Русская народная игра «Блуждающий мяч». Русская народная игра «Зарница». В данном разделе обучающиеся знакомятся с игровыми правилами русских народных игр. Отрабатывают игровые приёмы, выбор и ограничение игрового пространства. Участвуют в эстафете.

Раздел 2. Игры на развитие психических процессов (6 часов)

Игры на развитие восприятия. Упражнения и игры на внимание. Игры на развитие памяти. Игры на развитие воображения. Игры на развитие мышления и речи.

В данном разделе обучающиеся знакомятся с правилами проведения игр «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра», «Ладонь – кулак», «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок», «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник», «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай», «Ну-ка, отгадай», «Определим игрушку», «Баба Яга», «Три характера».

Раздел 3. Подвижные игры (14 часов). Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».

Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз». Игра с мячом «Охотники и утки». Весёлые старты с мячом. Игра «Волк во рву». Весёлые старты со скакалкой. Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки». Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель». Игра «Белки, волки, лисы». Игра «Совушка». Игра «Удочка». Игра «Перемена мест». Игра «Салки с мячом». Игра «Прыгай через ров»

. В данном разделе обучающиеся знакомятся с правилами подвижных игр. Изучают строевые упражнения, построение, перестроение, комплекс утренней гигиенической гимнастики. Комплекс ОРУ с мячом. Строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Комплекс ОРУ со скакалкой. Катание на лыжах. Метание снежков в цель. Игры со скакалкой, мячом. Строевые упражнения с перемещением. Совершенствование координации движений.

Раздел 4. Спортивные игры (7 часов) Баскетбол. Футбол. Спортивный праздник.

В данном разделе обучающиеся знакомятся с игровыми правилами. Отрабатывают игровые приёмы. Броски в корзину. Игры, эстафеты, весёлые минутки.

Учебно - тематический план учебного курса внеурочной деятельности «Развитие познавательных способностей»

№	Наименование раздела, темы	Количество часов
1	Раздел I. Народные игры 6 часов Русская народная игра «У медведя во бору»	1
2	Русская народная игра «Филин и пташка».	1
3	Русская народная игра «Горелки»	1
4	Русская народная игра «Кот и мышь».	1
5	Русская народная игра «Блуждающий мяч».	1
6	Русская народная игра «Зарница»	1
	Раздел II. Игры на развитие психических процессов. 6 часов	
7	Игры на развитие восприятия.	1
8	Упражнения и игры на внимание Упражнения и игры на внимание	1
9	Игры на развитие памяти.	1
10	Игры на развитие воображения.	1
11	Игры на развитие мышления и речи	1
12	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	1
	Раздел III. Подвижные игры. 14 часов	
13	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	1
14	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз».	1
15	Игра с мячом «Охотники и утки».	1
16	Весёлые старты с мячом.	1
17	Игра «Волк во рву».	1
18	Весёлые старты со скакалкой.	1
119	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки».	1
20	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель».	1
21	Игра «Белки, волки, лисы». 1	1
22	Игра «Совушка».	1
23	Игра «Удочка».	1
24	Игра «Перемена мест». 1	1
25	Игра «Салки с мячом».	1
26	Игра «Прыгай через ров»	1
	Раздел IV. Спортивные игры. 7 часов	
27-29	Баскетбол. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Броски в корзину	3
30-32	Футбол. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	3
33	Спортивный праздник. Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	1
	Итого: 33 ч	