

**Аннотация к рабочей программе по внеурочной деятельности
«Спортивная карусель»**

Название курса	«Спортивная карусель»
Класс	2
Количество часов	34
Составитель	Любко С.В.
Реализуемый УМК	Школа России
Цель курса	Достижение всестороннего развития личности ребенка, на основе физического развития, укрепления здоровья, освоения культурного наследия русского народа.
Срок реализации программы	1 год
Место учебного предмета в учебном плане	В неделю – 1 час; в год – 34 часа.
Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику)	Личностные результаты • мотивационная основа на занятия подвижными играми; • учебно-познавательный интерес к занятиям. • умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; • планировать свои действия при выполнении упражнений с предметами и без и условиями их реализации; • учитывать правило в планировании и контроле способа решения; • адекватно воспринимать оценку учителя; • оценивать правильность выполнения двигательных действий. Метапредметные результаты • осуществлять анализ выполненных действий; • активно включаться в процесс выполнения заданий в играх; • выражать творческое отношение к игровому процессу; • повышение физической подготовленности; • накопление двигательного опыта, знаний о

	народных играх и способах осуществления на практике; • уметь слушать и вступать в диалог; • участвовать в коллективном обсуждении о правилах и приемах игры; • проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность); • проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр; • проявлять доброжелательность и уважение к соперникам. Предметные результаты • формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье; • овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры); • формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); • взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; • выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков технического исполнения; • выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности			
Структура курса	<table><tr><td>1.</td><td>Игры с бегом (общеразвивающие</td><td>5ч.</td></tr></table>	1.	Игры с бегом (общеразвивающие	5ч.
1.	Игры с бегом (общеразвивающие	5ч.		

		игры).	
	2.	Игры с мячом.	5ч.
	3.	Игра с прыжками (скакалки).	3ч.
	4.	Игры на развитие психических процессов.	4ч.
	5.	Зимние забавы.	4ч.
	6.	Эстафеты.	4ч.
	7.	Народные игры.	3ч.
	8.	Спортивные игры.	6ч.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя школа № 2 г. Вязьмы Смоленской области

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**По внеурочной деятельности «Спортивная карусель»
для 2Г класса**

на 2019/2020 учебный год

Учитель: Любко С.В.

Согласовано
на заседании
методического совета
МБОУ СШ № 2
г. Вязьмы
Смоленской области,
протокол № 1 от
30.08.2019

Принято
на заседании
педагогического совета
МБОУ СШ № 2
г. Вязьмы
Смоленской области,
протокол № 1 от
30.08.2019

Утверждено
приказом директора
МБОУ СШ № 2
г. Вязьмы
Смоленской области
№ 114/01.09 от 30.08.2019

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая общеобразовательная программа по внеурочной деятельности «Спортивная карусель» для 2 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования

(ФГОС НОО), **основной образовательной программы начального общего образования МБОУ СШ №2 г. Вязьмы Смоленской области**, примерной программы начального общего образования и основана на содержании авторской программы по физической культуре А.П. Матвеева.

МЕСТО КУРСА «СПОРТИВНАЯ КАРУСЕЛЬ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Количество часов: в неделю – 1 час; в год – 34 часа.

По учебному плану: в неделю – 1 час; в год – 34 часа.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Программа «Спортивная карусель» имеет физкультурно-оздоровительную направленность и служит для организации внеурочной деятельности младших школьников. Новизна данной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия.

Актуальность программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению задач физического воспитания.

ЦЕЛЬ программы - достижение всестороннего развития личности ребенка, на основе физического развития, укрепления здоровья, освоения культурного наследия русского народа.

ЗАДАЧИ:

Образовательные:

- формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- формирование интереса к народному творчеству;
- расширение кругозора младших школьников.

Развивающие:

- развитие познавательного интереса к русским народным играм;
- развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

- воспитание чувства коллективизма;
- формирование установки на здоровый образ жизни;

- воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Целесообразность программы «Спортивная карусель» заключается в том, что занятия способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках. Занятия проводятся на улице (спортивной площадке), в спортивном зале.

Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению. В играх дети упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений. Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры. Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

Программа обеспечивает достижение второклассниками определенных личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты

- мотивационная основа на занятия подвижными играми;
- учебно-познавательный интерес к занятиям.
- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств;
- планировать свои действия при выполнении упражнений с предметами и без и условиями их реализации;
- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- оценивать правильность выполнения двигательных действий.

Метапредметные результаты

- П
- осуществлять анализ выполненных действий;
- О
- активно включаться в процесс выполнения заданий в играх;
- З
- выражать творческое отношение к игровому процессу;
- Н
- повышение физической подготовленности;
- А
- накопление двигательного опыта, знаний о народных играх и способах

- в осуществления на практике;
- а • уметь слушать и вступать в диалог;
 - т • участвовать в коллективном обсуждении о правилах и приемах игры;
 - е • проявлять положительные качества личности в процессе игровой
 - л деятельности (смелость, волю, решительность, активность и
 - ь инициативность);
 - н • проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих
 - ы в процессе подвижных игр;
 - е • проявлять доброжелательность и уважение к соперникам.

К

Предметные результаты

- о • формирование первоначальных представлений о значении физической
- м культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии
- м на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное,
- у социальное), о физической культуре и здоровье;
- н • овладение умениями организовать здоровьесберегающую
- и жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные
- к мероприятия, подвижные игры;
- а • формирование навыка систематического наблюдения за своим
- т физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными
- и мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями
- в основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости,
- н координации, гибкости);
- ы • взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр
- е и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков технического исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

К концу обучения во 2 классе учащиеся должны знать:

- о способах и особенностях движение и передвижений человека;
- о системе дыхания;
- работе мышц при выполнении физических упражнений;
- о способах простейшего контроля за состоянием здоровья;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены;
- о правилах использования закаливающих процедур;
- профилактике нарушения осанки;
- причинах травматизма и правилах его предупреждения.

Учащиеся должны уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;

- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Учащиеся научатся:

- активно играть;
- самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации, самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды.

Учащиеся получают возможность научиться:

- находить выход из критического положения;
- проявлять инициативу;
- оказывать товарищескую поддержку;
- добиваться достижения общей цели.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Игры с бегом (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом.

Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.

Практические занятия: комплекс ОРУ на месте, комплекс ОРУ с рифмованными строчками, подвижные игры, комплекс ОРУ в движении, комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Упражнения с предметами.

2. Игры с прыжками (3 часа)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой.

Практические занятия: комплекс ОРУ, комплекс ОРУ с мячами, комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Подвижные игры.

3. Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при играх мячом.

Практические занятия. Совершенствование координации движений. Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча.

Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Подвижные игры.

4. Игры на развитие психических процессов (4 часа)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр.

Практические занятия. Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Комплекс упражнений с мешочками. Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

5. Зимние забавы (4 часа)

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия: подвижные игры на санках и на лыжах.

Игра «Лепим снежную бабу».

6. Эстафеты (4 часа)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки.

Практические занятия: веселые старты, подвижные игры.

7. Народные игры (3 часа)

Теория. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

Практические занятия: разучивание народных игр, подвижные игры.

8. Спортивные игры (6 часов)

Теория. Правил безопасного поведения на спортивной площадке во время проведения игры. Игровые правила. Практические занятия. Футбол. Отработка игровых приёмов. Игра. Баскетбол. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Волейбол. Игровые правила. Отработка игровых приёмов.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
9.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5
10.	Игры с мячом.	5
11.	Игра с прыжками (скакалки).	3
12.	Игры на развитие психических процессов.	4
13.	Зимние забавы.	4
14.	Эстафеты.	4
15.	Народные игры.	3
16.	Спортивные игры.	6
	Итого:	34

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Рабочие программы Физическая культура. А.П.Матвеев 1-4 классы: М. «Просвещение», 2012.
2. В.К. Шурухина. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение. 1980.
3. Л.В. Былеев. Сборник подвижных игр. – М., 2015.
4. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 2013г. 57.
- Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
5. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2012 г.