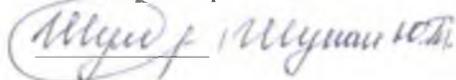


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Соленоозерная средняя школа № 12

Согласовано:

Зам. директора по УВР



Утверждаю:

Директор МБОУ Соленоозерная СШ №12



Приказ № 368 от 31.08.2018г.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
по спортивно – оздоровительному направлению
«Подвижные игры»
для 1 класса

Составитель: Ербягина Л.Н.

Рассмотрена на методическом
объединении учителей

Протокол № 1 от 30.08.2018г.

с.Соленоозерное
2018г.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Универсальными компетенциями учащихся по курсу «Подвижные игры» являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, 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;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
-

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- 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;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание курса внеурочной деятельности

Программа «Подвижные игры» для учащихся 1 класса рассчитана на 34 учебных часа (1 час в неделю). Включает в себя игры и упражнения развивающей и оздоровительной направленности.

- Игры в тёплое время года – 10 часов.
- Спортивные и подвижные игры - 5 часов
- Зимние виды игр - 6 часов
- Спортивные эстафеты – 6 часов.
- Игры с мячом – 6 часов.
-

Формы организации внеурочной деятельности:

- индивидуальные,
- групповые.
-
-

Виды деятельности:

игровая деятельность,

конкурсы,

эстафеты,

ролевые игры.

Тематическое планирование

| № п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Дата по плану | Дата фактическая | Формы текущего контроля |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------|------------------|-------------------------|
| 1. | Подвижные игры: « Жмурки», « Найди себе пару». | 1 | 04.09 | | |
| 2. | Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: « Хитрая лиса», « Зеркало». | 1 | 11.09 | | |
| 3. | Подвижные игры: « Лохматый пёс», « Перетягивание каната». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. | 1 | 18.09 | | |
| 4. | Разучивание игр « Красная шапочка», «Ловишки - перебежки». Эстафета прыжками. | 1 | 25.09 | | |
| 5. | Разучивание игр « Бой петухов», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры. | 1 | 02.10 | | |
| 6. | Разучивание игр « Птички в клетке», « Караси и щука». Соревнования по подвижным играм. | 1 | 09.10 | | |
| 7. | Комбинированная эстафета. | 1 | 16.10 | | |
| 8. | Разучивание игры « Третий лишний», «Рыбачок и рыбки ». Самостоятельные игры. | 1 | 23.10 | | |
| 9. | Разучивание игры «Совушка», « Река и ров». Перетягивание каната. | 1 | 06.11 | | |
| 10. | Эстафета с переноской предметов. « | 1 | 13.11 | | |
| 11. | Разучивание игры « Птички и кошка», « Светофор ». | 1 | 20.11 | | |
| 12. | Разучивание игр « Зайчик», «Брось в кольцо».Самостоятельные игры. | 1 | 27.11 | | |

| | | | | | |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------|--|--|
| 13. | « Крокодилычик», «Кот и мыши».Игры по выбору. | 1 | 04.12 | | |
| 14. | « Услышь своё имя», « Мяч на голове». Игры по выбору. | 1 | 11.12 | | |
| 15. | Разучивание игр « Охотники». Весёлые старты. | 1 | 18.12 | | |
| 16. | Эстафета с мячами, скакалками. | 1 | 25.12 | | |
| 17. | Катание на санках.«Трамвай», «Найди себе пару».Игры по выбору. | 1 | 15.01 | | |
| 18. | «Гонки санок»«Попади в цель». Игры по выбору. | 1 | 22.01 | | |
| 19. | Катание на санках. «Быстрые упряжки», «На санки» .Игры по выбору. | 1 | 29.01 | | |
| 20. | Катание на санках .Самостоятельные игры. | 1 | 05.02 | | |
| 21. | Катание с горки. Разучивание игр « », «Сороконожки».Самостоятельные игры. | 1 | 12.02 | | |
| 22. | Катание на санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето» .Игры по выбору. | 1 | 26.02 | | |
| 23. | Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок. | 1 | 05.03 | | |
| 24. | Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей. | 1 | 12.03 | | |
| 25. | Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен».Самостоятельные игры. | 1 | 19.03 | | |
| 26. | «Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками.Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол. | 1 | 02.04 | | |
| 27. | «Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. | 1 | 09.04 | | |

| | | | | | |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------|--|--|
| | Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол | | | | |
| 28. | «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч. | 1 | 16.04 | | |
| 29. | « Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры. | 1 | 23.04 | | |
| 30. | «Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик». | 1 | 30.04 | | |
| 31. | «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору. | 1 | 07.05 | | |
| 32. | Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета. | 1 | 14.05 | | |
| 33. | «Весёлые старты» | 1 | 21.05 | | |