

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

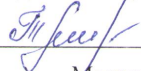
Комитет образования и науки Курской области

Отдел образования Администрации Горшеченского района

МКОУ «Солдатская СОШ»

РАССМОТРЕНО

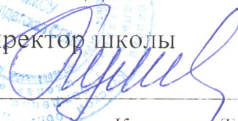
Председатель педсовета


Мальцева Т.А.

Протокол №1
от «18» августа 2023г

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы


Куликова Т.Л.

Приказ №20
от «18» августа 2023г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Спортивная карусель»

(направление: спортивно-оздоровительное)

Возраст обучающихся- 7-8лет

Срок реализации -1год

Программу составила: Борисичева Н.В.

с. Солдатское 2023г

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивная карусель» для обучающихся 2 класса разработана в соответствии с требованиями:

Приказа Министерства просвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р; СП 2.4.3648-20;

На основе авторской программы, доктора педагогических наук В.И.Ляха (Программа «Физическая культура для 1-4 классов». М.: Просвещение-2018г

Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Спортивная карусель»

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, создаётся 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 способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Игра в жизни ребёнка.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью. с свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексy. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлексорным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно

динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела. Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Цель программы: удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества; удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи:

- сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;
- выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и подвижных играх;
- учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях

Учебный курс предназначен для обучающихся 2-го класса; рассчитан на 1 час в неделю/34 часа в год.

Содержание курса внеурочной деятельности

1.Игры с бегом (6 часов)

Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

- ☐ Комплекс ОРУ на месте. Игра «Космонавты».

- ☐ Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
- ☐ Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Пустое место».
- ☐ Упражнения с предметами. Игра «Накинь кольцо».
- ☐ Комплекс ОРУ на месте. Игра «Медведи и пчелы». Игра «Пастух и стадо».
- ☐ Комплекс ОРУ в движении. Игра «Карусель»

2.Игры с прыжками (6 часов)

Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

- ☐ Комплекс ОРУ. Игра «Пятнашки».
- ☐ Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- ☐ Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Белки в лесу».
- ☐ Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Гуси-лебеди»
- ☐ Игра «Не оставайся на полу». Игра «Караси и щука».

3.Игры с мячом (6 часов)

Правила безопасной игры с мячом.

Совершенствование координации движений. Игра «Ловля мячей сачками».

Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «У кого мяч».

- ☐ Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Затейники». Игра «Скорый поезд».
- ☐ Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Школа мяча».

Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

4.Игры малой подвижности (5 часов)

Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

- ☐ Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Колпачок и палочка».
- ☐ Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- ☐ Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Мы веселые ребята».

5.Зимние забавы (4 часа)

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

- ☐ Игра «Снежные круги».
- ☐ Игра «Сделай фигуру».
- ☐ Игра «Тетери».
- ☐ Игра «Трактористы».

6.Эстафеты (4 часа)

Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки

- ☐ Эстафеты «Лошадки»
- ☐ Эстафеты «Кто скорее до флажка»
- ☐ Эстафеты «Успей пробежать»
- ☐ Эстафеты «Быстрее по местам»

7.Народные игры (3 часа)

История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр.

Игровая терминология.

- ☐ Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- ☐ Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»

Планируемые образовательные результаты

Личностные результаты:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей;
- оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- выражать свои эмоции; понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

- **в сфере патриотического** воспитания: одним из эффективных средств решения задач патриотического воспитания подрастающего поколения, являются занятия физической культурой и спортом, воспитание патриотизма, воспитание будущего гражданина своей страны и чувства гордости за свою страну, край, осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе;

- **в сфере эстетического** воспитания: формирование представление о культурном многообразии своей страны и мира; осознание важности культуры как воплощения ценностей общества и средства коммуникации; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества; уважение к культуре своего и других народов;

- **в духовно-нравственной сфере:** представление о традиционных духовно-нравственных ценностях народов России; ориентация на моральные ценности и нормы современного российского общества в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать свое поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;

- **в сфере гражданского** воспитания: осмысление исторической традиции и примеров гражданского служения Отечеству; готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав; уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации;

-**в сфере трудового** воспитания: осмысление результата и удовлетворения от создания реального, практического продукта, выполнение практических обязанностей по самообслуживанию, уход за спортивным снаряжением.

Метапредметные результаты:

→ Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

→ Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

→ Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи.

Предметные результаты:

- формирование знаний о легкой атлетике и её роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку.

Формы подведения итогов реализации курса

Способы проверки знаний и умений:

- ☐ проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- ☐ участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы;
- ☐ открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- ☐ весёлые старты;
- ☐ спортивные эстафеты;
- ☐ фестиваль игр;
- ☐ спортивные праздники;

Основные виды учебной деятельности на занятиях:

- Беседы
- Сообщения
- Встречи с интересными людьми
- Просмотр и обсуждение видеоматериала
- Соревнования
- Показательные выступления
- Соблюдение правил техники безопасности при выполнении упражнений
- Викторины
- Интеллектуально-познавательные игры
- Обсуждение, обыгрывание проблемных ситуаций
- Заочные путешествия
- Творческие проекты, презентации
- Проведение выставок семейного художественного творчества
- Сюжетно-ролевые игры гражданского и историко-патриотического содержания (урочная, внеурочная, внешкольная)

Методы:

- игровой;
- словесный;
- частично-поисковый;
- исследовательский;
- наглядно-демонстрационный.

Система оценки усвоения курса внеурочной деятельности «Спортивная карусель» включает следующие критерии:

- участие в школьных творческих и интеллектуальных мероприятиях;
- участие в региональных, всероссийских мероприятиях;
- итоговый коллективный или индивидуальный творческий проект (презентация, литературное произведение, представленное через выставки, открытый урок).

Требования к знаниям, умениям, навыкам:

Иметь представление о двигательном режиме;

Знать:

- причины нарушения осанки, появления нарушения зрения, плоскостопия;
- правила и уметь организовать подвижные игры (3-4);
- не менее двух комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

Уметь:

- оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать её;
- выполнять правила игры.

Дети научатся:

- активно играть, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, оказывать товарищескую поддержку.

Тематическое планирование

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма проведения занятия	Кол-во часов	ЦОР/ЭОР
1.Игры с бегом (6ч)				
1.1	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом.	Беседа	1	school-collection.edon/ / https://resh
1.2	Техника бега с ускорением, техника равномерного бега Комплекс ОРУ на месте. Игра «Космонавты».	Весёлые старты; спортивные эстафеты	1	
1.3	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	Весёлые старты; спортивные эстафеты	1	
1.4	Упражнения с предметами. Игра «Накинь кольцо».	Весёлые старты; спортивные эстафеты	1	
1.5	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Медведи и пчелы». Игра «Пастух и стадо».	Весёлые старты; спортивные эстафеты	1	
1.6	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Карусель». Игра «Пустое место».	Фестиваль игр	1	
2 Игры с прыжками (6ч)				
2.1	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма.	Беседа	1	school-collection.edon/ / https://resh
2.2	Комплекс ОРУ. Игра «Пятнашки».	Спортивные игры	1	
2.3	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	Спортивные эстафеты	1	
2.4	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Белки в лесу».	Весёлые старты	1	

2.5	Развитие координации движений в прыжках со скакалкой. Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Гуси-лебеди»	Спортивные эстафеты	1	
2.6	Игра «Не оставайся на полу». Игра «Караси и щука».	Спортивные игры	1	
3	Игры с мячом (6ч)			
3.1	Правила безопасной игры с мячом.	Беседа	1	
3.2	Совершенствование координации движений. Игра «Ловля мячей сачками».	Спортивные эстафеты	1	
3.3	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «У кого мяч».	Спортивные игры	1	school-collection.eon/ / https://resh
3.4	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Затейники». Игра «Скорый поезд».	Весёлые старты	1	
3.5	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Школа мяча».	Спортивные игры	1	
3.6	Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	Спортивные игры	1	
4	Игра малой подвижности (5ч)			
4.1	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.	Беседа	1	
4.2	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Мы веселые ребята».	Проведение мониторинга образовательной среды	1	school-collection.eon/ / https://resh
4.3	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Колпачок и палочка».	Спортивные игры	1	
4.4	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».	Спортивные игры	1	
4.5	Упражнения для исправления	Проведение мониторинга	1	

	нарушений осанки и плоскостопия.	образовательной среды		
5	Зимние забавы (4ч)			
5.1	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.	Беседа	1	http://styxm yubw/962 http://img- fotki.yandex 23869276.7/ 88f24b S.jp
5.2	Игра «Снежные круги».	Спортивные игры	1	http://2.bp.b = _xKf6YorQB XaaCI/AAA w/Kxh0Cjog 51c32 ffcc
5.3	Игра «Сделай фигуру».	Спортивные игры	1	
5.4	Игра «Тетери». Игра «Трактористы».	Спортивные игры	1	
6	Эстафеты (4ч)			
6.1	Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки	Беседа	1	school-collection.eco on/ / https://resh
6.2	Эстафеты «Лошадки»	Спортивные игры	1	
6.3	Эстафеты «Кто скорее до флажка» Эстафеты «Успей пробежать»	Спортивные игры	1	
6.4	Эстафеты «Быстрее по местам»	Спортивные игры	1	
7	Народные игры(3ч)			
7.1	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.	Беседа	1	http://windo
7.2	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок» Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	Игры	1	

Поурочное планирование

№п/п	Тема занятий	Кол-во часов	Дата изучения	Виды, формы контроля
	Игры с бегом (6ч)			
1	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом.	1		Беседа
2	Техника бега с ускорением, техника равномерного бега Комплекс ОРУ на месте. Игра «Космонавты».	1		Весёлые старты; спортивные эстафеты
3	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	1		Весёлые старты; спортивные эстафеты
4	Упражнения с предметами. Игра «Накинь кольцо».	1		Весёлые старты; спортивные эстафеты
5	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Медведи и пчелы». Игра «Пастух и стадо».	1		Весёлые старты; спортивные эстафеты
6	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Карусель». Игра «Пустое место».	1		Фестиваль игр
	Игры с прыжками (6ч)			
7	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма.	1		Беседа
8	Комплекс ОРУ. Игра «Пятнашки».	1		Спортивные игры
9	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	1		Спортивные эстафеты
10	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Белки в лесу».	1		Весёлые старты
11	Развитие координации движений в прыжках со скакалкой.	1		Спортивные эстафеты

	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Гуси-лебеди»			
12	Игра «Не оставайся на полу». Игра «Караси и щука».	1		Спортивные игры
	Игры с мячом (6ч)			
13	Правила безопасной игры с мячом.	1		Беседа
14	Совершенствование координации движений. Игра «Ловля мячей сачками».	1		Спортивные эстафеты
15	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «У кого мяч».	1		Спортивные игры
16	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Затейники». Игра «Скорый поезд».	1		Весёлые старты
17	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Школа мяча».	1		Спортивные игры
18	Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	1		Спортивные игры
	Игра малой подвижности (5ч)			
19	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.	1		Беседа
20	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Мы веселые ребята».	1		Проведение мониторинга образовательной среды
21	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Колпачок и палочка».	1		Спортивные игры
22	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».	1		Спортивные игры
23	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия.	1		Проведение мониторинга образовательной среды

	Зимние забавы (4ч)			
24	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.	1		Беседа
25	Игра «Снежные круги».	1		Спортивные игры
26	Игра «Сделай фигуру».	1		Спортивные игры
27	Игра «Тетери». Игра «Трактористы».	1		Спортивные игры
	Эстафеты (4ч)			
28	Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки	1		Беседа
29	Эстафеты «Лошадки»	1		Спортивные игры
30	Эстафеты «Кто скорее до флажка» Эстафеты «Успей пробежать»	1		Спортивные игры
31	Эстафеты «Быстрее по местам»	1		Спортивные игры
	Народные игры(3ч)			
32	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.	1		Беседа
33	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок» Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	1		Игры
34	Народные игры	1		Игры

Учебно-методическое обеспечение

Для учителя:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич. (М.: Просвещение, 2012 Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации.)
2. Пособия Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011г.

Для обучающегося:

1. Былеева Л.Л. «Подвижные игры». М. 2008г.
2. Вамк Б.В. «Тренерам юных легкоатлетов». М. 2009г

3. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. Москва, 2007.
4. В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. Планирование и организация занятий. М.: Дрофа, 2008. С. – 3312003.