

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
“Основная общеобразовательная школа N 2”

Рассмотрено на заседании педагогического совета МБОУ ООШ N2 Протокол №1 от 01. 09.2020	Согласовано зам. директора по УВР Титенок В.И. от 01.09.2020г.	"Утверждаю» и.о.директора школы Т.В.Кутузова Приказ № 135/2 от 02.09.2020г.
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

по спортивно- оздоровительному направлению

«ОФП (с уклоном на русские спортивные игры) »

1 класс

Разработала: Малова Любовь Владимировна
учитель физической культуры

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты освоения курса
3. Содержание курса
4. Календарно- тематическое планирование

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивно- оздоровительного направления «ОФП» (с уклоном на русские спортивные игры) составлена для учащихся 1 класса, которая способствует укреплению здоровья, формированию воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры. В основу программы 1 класса положены программа физического воспитания для учащихся основной школы и программа физического воспитания с игровой направленностью. Данная рабочая программа составлена на основе следующих документов:

-Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);

-Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 №373 (ред. от 18.05.2015) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 22.12.2009 №15785);

Примерной основной образовательной программы начального общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15);

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. N 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями и дополнениями);

Примерной программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование ([В.А.Горский, А.А. Тимофеев, Д.В.Смирнов и др.]; под ред. В.А.Горского. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2011. – 111с.;

Плана внеурочной деятельности МБОУ «Основная общеобразовательная школа N2» на 2019-2020 учебный год.

Программа соответствует требованиям Федерального компонента государственного образовательного стандарта. Достаточно в любое дело ввести элемент соревнования, чтобы оно стало интересным и увлекательным. Игра возбуждает волевое желание побеждать, а это в свою очередь вызывает необходимость совершенствоваться

Цель занятия кружка «ОФП» (с уклоном на русские подвижные игры);

*воспитание национального самосознания в области образования на основе возрождения традиций и развития современной игровой культуры, духовное совершенствование физически здоровой личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных задач:

Обучающие:

_ приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;

_ обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности:

_ привитие необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены;

Развивающие:

_ развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;

_ гармоническое развитие функциональных систем организма ребенка, повышение жизненного тонуса;

_ повышение физической и умственной работоспособности школьника.

Воспитывающие:

_ формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;

_ привить учащимся интерес и любовь к занятиям различными видами спортивной и игровой деятельности;

_ воспитывать культуру общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

2. Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действий и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;

- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Содержание программы «ОФП» (уклоном на русские спортивные игры)

В содержание программы входят общие подвижные символические игры; игры для формирования правильной осанки; игры со скакалками, бегом, прыжками, с метанием; игры для развития внимания; общеразвивающие упражнения; игры с разными предметами; шариками, игры-ловишки ; сюжетные игры; игры-соревнования.

3. Содержание курса

№ п/п	Вид программного материала	Класс
		1
1	Теория. техника безопасности. здоровый образ.	1
	Подвижные игры (на внимание)	9
	Игры на лыжах. Санках.	10
	Игры с предметами	7
	Игры с использованием силы .ловкост	6
	Всего	33

4. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Содержание	Дата проведения		
		Кол-во часов	По план	По факт
1.	Что такое подвижные игры . Т/б при проведении подвижных игр.	1		
2	Подвижная игра на реакцию «Колечко»	1		
3	"Успей подобрать"	1		
4	«Вышибалы»	1		
5	«Картошка»	1		
6	«Белые медведи» Разучивание считалки	1		
7	"Лягушка"	1		
8	Играем в любимые игры Прыгательные игры «Скакалка»	1		
9		1		
10	Прыжки через скакалку		1	
11	«Быстрые санки» (Гонки санок)		1	
12	«Быстрые упряжки» Разучивание считалки "Сидел петух на лавочке"		1	
13	«Лыжники, по местам!»		1	
14	«Успей первым»		1	

15	«Снежинки, ветер и мороз».	1		
16	«Зима пришла!»	1		
17	«Берегись, заморожу!»	1		
18	«Мороз - Красный нос»	1		
19	«Мороз - Красный нос и Мороз - Синий нос»	1		
20	«Снежная карусель»	1		
21	«Мы - веселые ребята»	1		
22	«Затейники»	1		
23	«Метелица»	1		
24	«На одной лыже»	1		
25	Строительство снежной крепости	1		
26	Лепим скульптуру птицы из снега	1		
27	Лепим скульптуры из снега	1		
28	«Пустое место»	1		
29	«Кошки-мышки»	1		
30	«Белые медведи»	1		
31	Игры на реакцию и быстроту «Коршун и наседка»	1		
32	«Разрывные цепи»	1		
33	«Прыгаем по кочкам»	1		

Содержание

1. Пояснительная записка

2. Планируемые результаты программы внеурочной деятельности

3. Содержание курса программы «ОФП (с уклоном на русские спортивные игры)»

4. Календарно- тематическое планирование