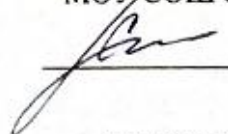


Муниципальное общеобразовательное учреждение – средняя общеобразовательная школа
имени заслуженного учителя РСФСР Худякова В.И.
с.Царевщина Балтайского района Саратовской области

СОГЛАСОВАНО.

Заместитель директора по ВР
МОУ СОШ с.Царевщина

 Салина С.А.

«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ.

Директор МОУ СОШ с. Царевщина





Н.А. Мартюшева

Приказ № 100 от 31.08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА
курса внеурочной деятельности
«Муравейник»
для 2 класса

Составитель: Ерофеев Владимир Викторович
учитель физкультуры

с.Царевщина
2023 г.

Пояснительная записка

к рабочей программе внеурочной деятельности «Муравейник» для учащихся 2 класса.

Высокая интенсивность учебной и внеучебной нагрузки, эмоциональное напряжение процесса обучения отрицательно сказывается на физическом и психическом здоровье детей. Одним из средств сохранения и укрепления здоровья школьников является физическая культура, что подтверждается введением Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) второго поколения.

Данная программа направлена на формирование устойчивой мотивации к занятиям физическими упражнениями. Поскольку игровая деятельность в младшем школьном возрасте является ведущей, основу программы составляют подвижные игры.

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Испокон веков в играх 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.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Цель программы – формирование основ здорового образа жизни первоклассника, устойчивых мотивов к занятиям физической культурой, развитие творческой самостоятельности посредством освоения подвижных игр.

Реализация данной цели связана с решением следующих **задач**:

- укреплять здоровье детей на основе развития жизненно – важных умений и навыков, формирования опыта двигательной деятельности, культуры движений посредством подвижных игр;
- развивать способность моделировать индивидуальный оздоровительно – образовательный маршрут с использованием подвижных игр;
- развивать креативные способности через индивидуальную и коллективную физкультурно – оздоровительную деятельность;
- обучать учащихся способам коррекции осанки, развития физических качеств.

В основу отбора содержания программы были положены следующие **принципы**:

- **принцип оздоровительной направленности** обосновывает применение подвижных игр для компенсации недостатка двигательной активности детей;

- **принцип социализации** направлен на включение ребенка в групповую деятельность, воспитанию у них межличностных отношений и организационных умений;
- **принцип доступности** предполагает подбор заданий, соответствующих уровню социального, психологического и физического развития детей;
- **принцип постепенности** определяет необходимость построения образовательного процесса в соответствии с правилами «от известного к неизвестному», «от простого к сложному» в поэтапном освоении и переводе учебных знаний в практические навыки;
- **принцип сознательности и активности** предполагает формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых видов деятельности, развития инициативы, самостоятельности и творчества в двигательном поведении.

Общая характеристика программы

Программа внеурочной деятельности «Муравейник» является тематической и разработана для учащихся 2 класса. Общий объем программы – 34 часа, режим занятий по 1 часу в неделю.

Срок реализации программы – один учебный год.

Продолжительность занятия – 40 минут.

Предусмотренные программой занятия проводятся в спортивном зале и на открытом воздухе. Расписание занятий составляется с учетом пожеланий детей и родителей.

Результаты решения поставленных задач определяются в игровой форме с использованием методов анкетирования, тестирования, наблюдения с привлечением классного руководителя.

Данная программа составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) второго поколения.
- Основной образовательной программы образовательного учреждения. Начальная школа.
- В.И.Лях, А.А.Зданевич /Физическая культура Начальные классы. 1-4 классы. / - М.: Издательство «Просвещение», 2018г.

Данная программа ориентирована на формирование и развитие следующих видов **универсальных учебных действий**:

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- 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;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- 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.

Предметные результаты:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- 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;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Планируемые результаты реализации программы

1. Изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательного воздействия окружающей среды, желание и умение вести здоровый образ жизни.
2. Включение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий.
3. Снижение заболеваемости школьников.
4. Снижение психоэмоциональных расстройств.
5. Повышение уровня физической подготовки школьников.
6. Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
7. Снижение последствий умственной нагрузки.
8. Повышение социально-психологической комфортности в детском коллективе.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			По плану	Фактич.
	<i>Раздел 1. Спортивные и подвижные игры.</i>			
1	Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	1	1.09.23	
2	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта».	1	8.09.23	
3	Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	1	15.09.23	
4	Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками.	1	22.09.23	

	Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».			
5	Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	1	29.09.23	
6	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.	1	6.10.23	
7	Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловушки-перебежки». Самостоятельные игры.	1	13.10.23	
8	Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	1	20.10.23	
9	Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	1	10.10.23	
10	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната», «Не намочи ног».	1	17.11.23	
11	Разучивание игры «Береги предмет», «Кто первый через обруч к флажку?»	1	24.11.23	
12	Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры.	1	1.12.23	
13	«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.	1	8.12.23	
14	«Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.	1	15.12.23	
15	Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.	1	22.12.23	
16	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.	1	29.12.23	
	<i>Раздел 2. Зимние виды игр.</i>			
17	Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору.	1	12.01.24	
18	«Гонки санок», «Попади в цель». Игры по выбору.	1	19.01.24	
19	Катание на лыжах. «Быстрые упряжки», «На санки». Игры по выбору.	1	26.01.24	
20	Катание на лыжах. «Поменяй флажки», «Через препятствия». Самостоятельные игры.	1	2.02.24	
21	Катание на лыжах. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки». Самостоятельные игры.	1	9.02.24	
22	Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето». Игры по выбору.	1	16.02.24	
23	Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.	1	1.03.24	
24	Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.	1	15.03.24	
25	Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен». Самостоятельные игры.	1	22.03.24	

Раздел 3. Спортивные эстафеты.				
26	«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.	1	5.04.24	
27	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол	1	12.04.24	
28	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.	1	19.04.24	
29	« Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.	1	26.04.24	
30	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик».	1	3.05.24	
31	«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору.	1	17.05.24	
32	Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета.	1	24.05.24	
33	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору.	1	31.05.24	
34	Заключительное занятие. Веселая эстафета.	1		

Список литературы для учителя

1. Дереклеева Н.И. / Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007
2. Дмитриев В.Н. / Игры на открытом воздухе. – М.: Изд. Дом МСП, 1998;
3. Калюжнова И.А. / Лечебная физкультура. – Изд. 3-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2010;
4. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. / Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002;
5. Начальная школа XXI века.-М. Физическая культура.:Изд.центр «Вентана-Граф».2012год.
6. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. / Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2011.
7. Игры народов СССР. Авт. Л.В. Былеева и др., М. Изд-во «Физкультура и спорт», 1985г.

8. Русские подвижные игры. Авт. М.Ф. Литвинова М. «Просвещение», 1990г.
9. Здоровье-сберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. Авт. В.И. Ковалько. М.: «ВАКО», 2004г.

Список литературы для детей и родителей

1. Лях В.И. Мой друг – физкультура: учебник для учащихся 1 – 4 классов начальной школы.- М.: «Просвещение»,2010.
2. Тимофеева Е.А. Подвижные игры для детей младшего возраста. – М.: «Просвещение», 1999.