**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ГУЛЯЙ-БОРИСОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ЗЕРНОГРАДСКОГО РАЙОНА**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н.Лопатина

Приказ от 31.08.2017 года .№ 291

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности курс « ЧЕМПИОН»

Уровень общего образования: начальное общее-2- а класс

Количество часов: 33ч.

Учитель: Пимахова Ирина Викторовна

Программа разработана на основе: Методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности учащихся начальной школы и авторской программы Г.А. Ворониной«Детские подвижные игры». Москва. Просвещение 2011год.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Чемпион» для 2 класса разработана в соответствии с Федеральным законом « Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ, на основе примерной программы Г.А. Ворониной  в соответствии с требованиями Федерального компонента Государственного стандарта начального общего образования.

**Цель программы*:*** сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья  средством подвижной игры.

**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.

 **СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

**Игры с бегом ( 5часов)**

*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. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»
* Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
* Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»

Игра «Пустое место».

Упражнения с предметами. Ирга «Невод». Игра «Колесо»

* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».

**Игры с прыжками (5 часов)**

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

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».
* Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
* Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
* Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

**Игры с мячом (5 часов)**

*Теория*. Правила безопасного поведения при с играх мячом.

*Практические занятия:*

* Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».
* Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча

Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»

* Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
* Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.

Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

**Игры малой подвижности (5 часов)**

*Теория*. Правила по технике безопасности при проведении игры малой

подвижности.

*Практические занятия:*

* Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
* Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
* Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
* Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «

Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

**Зимние забавы (4 часов)**

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

*Практические занятия:*

* Игра «Лепим снежную бабу».
* Игра «Лепим сказочных героев».
* Игра «Санные поезда».
* Игра «На одной лыже».
* Игра «Езда на перекладных»

**Эстафеты (5 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки

*Практические занятия:*

* Веселые старты
* Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
* Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
* Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
* Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

**Народные игры (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

* Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
* Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
* Разучивание народных игр. Игра «Котел»
* Разучивание народных игр. Игра **"Дедушка - сапожник".**

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

**Личностные УУД : -**

-снижение заболеваемости;

-формировать физические качества;

-воспитывать культуру общения;

- воспитывать любовь и уважение к окружающим;

- сблизить и сплотить детский коллектив;

- развивать самооценку у младших школьников;

- научить анализу собственных действий и поступков;

- научить планированию действий;

- развивать устную речь учащихся;

- развивать творческие способности;

- привить интерес к чтению дополнительной литературы и публикаций;

**Познавательные УУД :**

-проверить умение самостоятельно выбирать нужную информацию.

-учиться определять цель деятельности с помощью учителя;

-учиться совместно давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке;

-учиться отличать верно выполненное задание от неверного

**Коммуникативные УУД :**

проверить умение оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом речевых ситуаций, высказывать свою точку зрения и пытаться ее обосновывать, приводя аргумент.

**Метапредметные УУД :**

-планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

-самостоятельно оценивать правильность выполнения действий

**ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Универсальными компетенциями учащихся по курсу «Чемпион» являются:**

1. Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели.
2. Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
3. 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**:

1. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
2. Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
3. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
4. Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:**

1. Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
2. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.
3. Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.
4. Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.
5. Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.
6. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
7. Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
8. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
9. Оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами.
10. Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
11. Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу  являются следующие умения:**

1. Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.
2. Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.
3. Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
4. Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.
5. Организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
6. Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.
7. В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.
8. Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы.
9. Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.
10. Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных усло

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 1 класса должны:

**иметь представление**:

* о двигательном режиме первоклассника;
* о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
* о режиме дня и личной гигиене;
* о способах изменения направления и скорости движения;
* о народной игре как средстве подвижной игры;
* об играх разных народов;
* о соблюдении правил игры

**уметь**:

* выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
* выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
* играть в подвижные игры;
* выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
* выполнять строевые упражнения;
* соблюдать правила игры

**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.

**Демонстрировать** позитивное отношение к участникам игры.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОГРАММЫ «ЧЕМПИОН» 2 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № урока | ДатаПлан Факт | Тема занятия | Кол-вочасов |
|  |  |  | **Iчетверть** | **8ч.** |
| 1 | 05.09 |  | Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега | 1 |
| 2 | 12.09 |  | Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи» | 1 |
| 3 | 19.09 |  | Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». | 1 |
| 4 | 26.09 |  | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Ирга «Невод». Игра «Колесо» | 1 |
| 5 | 03.10 |  | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики». | 1 |
| 6 | 10.10 |  | Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой | 1 |
| 7 | 17.10 |  | Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки». | 1 |
| 8 | 24.10 |  | Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше» | 1 |
|  |  |  | **IIчетверть** | **8ч.** |
| 9 | 07.11 |  | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом». | 1 |
| 10 | 14.11 |  | Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом» | 1 |
| 11 | 21.11 |  | Правила безопасного поведения при с играх мячом.  | 1 |
| 12 | 28.11 |  | Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи». | 1 |
| 13 | 05.12 |  | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч» | 1 |
| 14 | 12.12 |  | Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». | 1 |
| 15 | 19.12 |  | Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». | 1 |
| 16 | 26.12 |  | Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. | 1 |
|  |  |  | **III четверть** | **10ч.** |
| 17 | 16.01 |  | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». | 1 |
| 18 | 23.01 |  | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». | 1 |
| 19 | 30.01 |  | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». | 1 |
| 20 | 06.02 |  | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт».  | 1 |
| 21 | 13.02 |  | Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.  | 1 |
| 22 | 20.02 |  | Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев». | 1 |
| 23 | 27.02 |  | Игра «Санные поезда».  | 1 |
| 24 | 06.03 |  | Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных» | 1 |
| 25 | 13.03 |  | Правила безопасного поведения при проведении эстафетСпособы деления на команды. Считалки | 1 |
| 26 | 20.03 |  | Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».  | 1 |
|  |  |  | **IVчетверть** | **7ч.** |
| 27 | 03.04 |  | Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд». | 1 |
| 28 | 10.04 |  | Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».  | 1 |
| 29 | 17.04 |  | Эстафеты «Стрекозы», «На новое место». | 1 |
| 30 | 24.04 |  | История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. | 1 |
| 31 | 08.05 |  | Разучивание народных игр. Игра «Бегунок» | 1 |
| 32 | 15.05 |  | Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» | 1 |
| 33 | 22.05 |  | Разучивание народных игр. Игра «Котел» | 1 |

Итого 33ч.

«СОГЛАСОВАНО» « СОГЛАСОВАНО»

Протокол заседания Заместитель директора по УВР

методического совета \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Шевелева Е.Ю../

МБОУ Гуляй-Борисовской СОШ Подпись Ф.И.О.

От 28.08.2017 года № 7 28.08.2017года

Руководитель МС\_\_\_\_\_\_\_/Грекова Г.А./