МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

МКУ "Управление образования Енисейского района"

МБОУ Озерновская СОШ №47

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом

Протокол №8

от "25" 05. 2022г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Драчук Г.А.

Приказ № 01-04-381

от "31" 08. 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
«Спортсмены»

для 2 класса основного общего
образования на 2022-2023 учебный год

Составители: Пчелинцева Светлана Юрьевна
Вырва Наталья Анатольевна

с. Озерное 2022

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

Пояснительная записка.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортсмены» для обучающихся 2 классов составлена на основе нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ с изменениями и дополнениями;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденным приказом Министерства Просвещения России от 31.05.2021 года № 286;
- Программы развития социальной активности «Орлята России»
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.36.85-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Письма Минпросвещения РФ от 5.07.2022 № ТВ-1290/03 об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования;
- Программы воспитания МБОУ Озерновская СОШ № 47, утвержденной приказом от 30.08.2021 № 01-04-287;
- Учебного плана МБОУ Озерновская СОШ № 47.
- Рабочая программа составлена на основе авторской программы Карасёв Т.В. Современные аспекты реализации здоровье сберегающих технологий. Издательство - Ростов-на-Дону: Баро-Пресс, 2015 год.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортсмены» (далее - рабочая программа) включает:

- пояснительную записку,

- содержание курса;

- планируемые результаты освоения программы курса;

- тематическое планирование.

Пояснительная записка отражает общие цели и задачи изучения курса внеурочной деятельности, характеристику психологических предпосылок к его изучению школьниками; место в структуре учебного плана, а также подходы к отбору содержания, к определению планируемых результатов и к структуре тематического планирования.

Содержание обучения раскрывает содержательные линии, которые предлагаются для обязательного изучения в каждом классе начальной школы. Содержание обучения в каждом классе завершается перечнем УУД – познавательных, коммуникативных и регулятивных, которые возможно формировать средствами курса внеурочной деятельности с учётом возрастных особенностей школьников.

Планируемые результаты включают личностные, метапредметные результаты за период обучения, а также предметные достижения школьника.

В тематическом планировании раскрывается программное содержание с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета, учебного курса (в т.ч. внеурочной деятельности), учебного модуля и возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами (мультимедийные программы, электронные учебники и задачники, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов), используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании.

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «В мире профессий» на уровне начального общего образования составлено с учетом программы воспитания МБОУ Озерновская СОШ № 47. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию целевых приоритетов воспитания обучающихся начального общего образования.

На уровне ***начально общего образования*** к социально значимым знаниям – знаниям основных норм и традиций того общества, в котором они живут, относятся следующие:

1. Быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
2. Быть трудолюбивым, следуя принципу «делу — время, потехе — час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца;
3. Знать и любить свою Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, село, свою страну;

4. Беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
5. Проявлять миролюбие — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
6. Стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
7. Быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;
8. Соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
9. Уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;
10. Быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чём-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

Формируемые социально значимые знания отражены в тематическом планировании данной рабочей программы.

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности учащихся посредством формирования у них физической культуры, слагаемыми которой являются сохранение и укрепление здоровья, пропаганды и приобщение к здоровому образу жизни, оптимальный уровень двигательных способностей.

Задачи программы:

- формирование жизненно важных двигательных навыков и умений, умения контролировать своё поведение;
- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию;
- развитие активности, настойчивости, решительности, творческой инициативы, общей выносливости, силы и гибкости, овладение школой движений;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время игры, стремления к совершенству;
- Содействие развитию психических процессов (памяти, внимания, мышления) в ходе двигательной деятельности

Общая характеристика программы курса «Спортсмены»

“Чемпион” входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В кружок Чемпион" вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Формирование универсальных учебных действий:

Личностные УУД:

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

3) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

4) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

5) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

Регулятивные УУД:

1)принимать и сохранять поставленную задачу;

2)планировать(в сотрудничестве с учителем и одноклассниками или самостоятельно) необходимые действия, операции, действовать по плану;

3) адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления;

Познавательные УУД:

1)осознавать поставленную задачу;

2)понимать информацию, устанавливать причинно-следственные связи, делать обобщения, выводы;

Коммуникативные УУД:

1)вступать в диалог с учителем, одноклассниками, участвовать в общей беседе, соблюдая правила этикета;

2)Задавать вопросы, слушать и отвечать на вопросы других, формулировать собственные мысли, высказывать и обосновывать свою точку зрения;

3)осуществлять совместную деятельность в командах с учётом конкретных учебно-познавательных задач

Результаты освоения спортивного курса «Чемпион»

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа

уважительное отношение к культуре других народов.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

Ценностные ориентиры:

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. 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, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе. Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма е более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Программа представлена четырьмя блоками: народные игры, игры на развитие психических процессов, подвижные игры, спортивные игры

Место учебного предмета в учебном плане

Программа курса «Спортсмены» во 2 классе рассчитана на 1 час в неделю.
На основании годового календарного учебного графика школы на 2022 – 2023 уч. г., учебного плана школы и Устава школы количество учебных часов в данном учебном году –34 часа.

Основные направления реализации программы:

-организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;

– организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);

– организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;

– активное использование спортивной площадки

– проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;

– санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;

– организация питания учащихся;

– проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,

– организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;

Формы занятий:

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- викторины
- конкурсы
- праздники
- часы здоровья

Алгоритм работы с подвижными играми.

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.

3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

Требования ФГОС. Планируемые результаты.

Дети должны знать:

-О способах и особенностях движения и передвижений человека;
-О системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простей шего контроля за деятельностью этих систем;
-об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
-о причинах травматизма и правилах его предупреждения;
Уметь:
-выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
-заботиться о своём здоровье;
-применять коммуникативные навыки;
-отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
-отвечать за свои поступки;
-находить выход из стрессовых ситуаций

Календарно - тематическое планирование

№	дата	Тема	Характеристика деятельности	Планируемые результаты	Оборудование

	план	факт		учащихся или виды учебной деятельности		
1	.09		Мир движений..«Игра белок», «Разведчики», «Щенок»	формирование о мире движений, их роли в сохранении здоровья.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	кубики, мелки, обручи, скакалки
2	.09		Красивая осанка..«Хвостики». «Паровоз»	формирование правильной осанки и развитие навыков бега	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	гимнастические палки, ленточки. Скакалки
3	.09		Учись быстроте и ловкости.«Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный»	развитие ловкости; воспитание чувства ритма	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	скакалки, мелки, шапочка, шарф. Варежки, лыжи. лыжные палки.
4	.09		Сила нужна каждому.«Кто сильнее?», «Салки со стопами, «Удочка с прыжками»	развитие силы и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	мешочки, скакалка, коврики
5	.10		Ловкий. Гибкий.«Снип –Снап», «Быстрая тройка»	развитие гибкости и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	гимнастические палки, скакалки
6	.10		Весёлая скакалка.«Медведь спит, «Весёлая скакалка»	развитие ловкости и внимания	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	кубики, скакалки

7	.10		Сила нужна каждому.«Очистить свой сад от камней»,	развитие выносливости и силы	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	мешочки, мячи
8	.10		Развитие быстроты.«Командные салки», «Сокол и голуби»	развитие быстроты	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	мячи, скакалки
9	.11		Кто быстрее?«Найди нужный цвет», «Разведчики»	развитие скоростных качеств, выносливости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	мешочки, маленькие мячи, кубики, коврики
10	.11		Скакалочка- выручалочка.«Удочка с приседанием»,	развитие силы	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	скакалки, коврики
11	.11		Ловкая и коварная гимнастическая палка.«Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»	развитие быстроты и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	гимнастические палки, маленькие мячи, обручи, фишки, волейбольный мяч
12	.12		Команда быстроногих «Гуси – лебеди».«Лиса и куры»,	развитие силы и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	обручи, гимнастические палки, скакалки
13	.12		Выбираем бег.«Кто быстрее?»,	развитие скоростных качеств,	Уметь выполнять	мяч, фишки,

			«Сумей догнать»	ловкости	общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	флажки
14	.12		Метко в цель.«Метко в цель», «Салки с большими мячами»	развитие меткости и координации движений	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	кегли, малые мячи, большие мячи
15	.12		Путешествие по островам.«Назови имя», «Бездомный заяц», Лягушки в болоте»	развитие меткости и координации движений	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	мячи, обручи, канат, баскетбольная корзина
16	.01		Развиваем точность движений.«Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель». «Воробушки и кот»	развитие глазомера и точности движений	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	гимнастические палки, мяч
17	.01		Горка зовёт.«Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик»	развитие физических качеств выносливости и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	ледянки
18	.01		Зимнее солнышко.«Веер», «Паровозик	развитие выносливости и ловкости Быстрый спуск»,	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	ледянки
19	.02		Зимнее солнышко.«Кто быстрее приготовиться »	развитие выносливости и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные	ледянки

					игры,самостоятельно играть в разученные игры	
20	.02		Штурм высоты.«Штурм высоты»	развитие выносливости и быстроты	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	флажки
21	.02		Снежные фигуры.«Салки»	развитие выносливости и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	флажки
22	02		Закрепление. Игры на свежем воздухе.«Поезд», «Салки» и др. по выбору учащихся	развитие выносливости и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	
23	.03		Мы строим крепость «Мороз – Красный нос» Игры по желанию учащихся	развитие физических качеств выносливости и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	лопатки, санки
24	.03		Мы строим крепость.Игры по желанию учащихся	развитие физических качеств выносливости и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	лопатки, санки
25	03		Игры на снегу.Горелки». «Игры по желанию учащихся	развитие выносливости и скоростных качеств	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	флажки

26	03		Удивительная пальчиковая гимнастика.«Метание в цель», «Попади в мяч»	развитие ловкости и быстроты	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	теннисные мячики, 2 волейбольных мяча
27	.04		Развитие скоростных качеств.«Быстро в строй», командные «колдунчики»	развитие скоростных качеств и меткости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	мячи
28	.04		Развитие выносливости."Бездомный заяц», «Лошадки»	развитие выносливости, быстроты и реакции	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	мяч, гимнастическая палка
29	.04		Развитие реакции.Пустое место», «Часовые и разведчики»	развитие быстроты, скорости, реакции	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	мешочки с песком
30	04		«Удочка».«Не урони мяч»	развитие быстроты и выносливости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	булавы, мяч, фишки
31	05		Прыжок за прыжком.Прыжок за прыжком»	развитие быстроты, ловкости, выносливости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	флажки, эстафетная палочка
32	05		Мир движений и здоровья. "Хвостики","Падающая палка",	развитие скоростных качеств , ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие	ленточка, гимнастическая

					упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры	палка. мячи

33	05		«Третий лишний» игра	развитие скоростных качеств , ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры
34	05		Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.

Материально-техническое обеспечение:

Спортивный зал;

Маты;

Гимнастические скамейки;

Мячи, обручи, кегли, прыгалки;

.

Методические разработки праздников

Электронные презентации «Вредные и полезные привычки»

«Фрукты и овощи на твоём столе»

«Режим дня школьника»

1.Карасёв Т.В. Современные аспекты реализации здоровье сберегающих технологии.

2.Спортивные игры (Под редакцией Ю.И. Портных)

3.Коротков И. М. Подвижные игры во дворе