

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Масальская средняя общеобразовательная школа»**

Рассмотрена.
Руководитель ШМО
классных руководителей
_____ Ефремова
Е.А.
Протокол № 1 от
«28» августа 2023г.

Согласована
Ответственная за УМР.
_____ Касьян У.В.
Протокол №1
«29» августа 2023г.

Утверждена.
Директор школы

Приказ № 53/4 от
«31» августа 2023г.

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Двигательная активность»

2 класс

Срок реализации -1 год

2023 – 2024 учебный год

Составлена: Волковой В.А.
учителем начальных классов

**п. Масальский
2023**

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности: «**Двигательная активность**» для 2 класса обеспечивает достижение планируемых результатов освоения программы НОО и разработан на основе требований ФГОС к результатам освоения программы НОО в соответствии с документами:

-Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 г. №286)

- Основной образовательной программой начального общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Масальская средняя общеобразовательная школа»

-Учебного плана внеурочной деятельности МБОУ «Масальская СОШ» на 2023-2024 учебный год

-Календарного учебного графика МБОУ «Масальская СОШ» на 2023-2024 учебный год

на основе Федеральной Образовательной программы учебного предмета «Физическая культура»

с учетом

-Положения о рабочей программе МБОУ « Масальская СОШ»

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией внеурочного курса на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной направленности.

Достижение цели обеспечивается решением следующих **задач**, направленных на:

- укрепление здоровья, содействовать гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуре и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности

Место внеурочной деятельности «Двигательная активность» в учебном плане

является неотъемлемой частью урочного предмета «Физическая культура». Во 2 классе на проведение внеурочной деятельности «Двигательная активность» отводится 1 час в неделю, суммарно 34 часа.

Планируемые результаты обучения:

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

Предметные результаты

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- – выполнять упражнения на развитие физических качеств.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Модуль «Подвижные игры»:

Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура»:

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

Тематическое планирование 2 класса

№	Разделы	Кол-во часов
1	Подвижные игры	7
2	<i>Прикладно-ориентированная физическая культура</i>	27
	Итого	34

Календарно-тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	
1.	Футбольный бильярд	1	
2.	Футбольный бильярд	1	
3.	Бросок ногой	1	
4.	Бросок ногой	1	
5.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	
6.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	
7.	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1	
8.	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	
9.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	
10.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	
11.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	
12.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	
13.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	
14.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	
15.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	
16.	Освоение правил и техники выполнения норматива	1	

	комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты		
17.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	
18.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	
19.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	
20.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	
21.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	
22.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	
23.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	
24.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	
25.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	
26.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	
27.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	
28.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	
29.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	
30.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	
31.	Освоение правил и техники выполнения норматива	1	

	комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры		
32.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1	
33.	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	
34.	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ			34