****

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Календарно-тематическое планирование**

**по ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**(спортивно-оздоровительное направление)**

 для учащихся 2-го класса

Настоящая программа разработана с учетом типа и вида образовательного учреждения, потребностей и запросов участников образовательного процесса и создает условия для социального и культурного самоопределения, творческой самореализации личности ребёнка, её интеграции в системе мировой и отечественной культур. Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования; примерной программы начального общего образования по физической культуре для 3 класса (автор УМК «Физическая культура. 3 класс» Матвеев А.И.)

**На изучение данного курса во 2-м классе отводится 35часов (1ч в неделю).**

**Личностные результаты освоения учебного предмета.**

**Личностные результаты** включают готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки и отражают:

— формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

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

— развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

— развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

— формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

— развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,  понимания  и сопереживания чувствам других людей;

— развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

— формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные результаты** **освоения учебного предмета**

включают освоенные учащимися универсальных учебных действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, межпредметные понятия и отражают:

— овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

— формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

— формирование  умения  понимать  причины  успеха/неуспеха учебной   деятельности   и   способности   конструктивно  действовать даже в ситуациях неуспеха;

— определение   общей   цели   и   путей   её   достижения;   умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

— готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

— овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Содержание курса.**

**Знания о физической культуре**: Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и её влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

**Способы физкультурной деятельности.**

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

**Физическое совершенствование.**

**Гимнастика с основами акробатики**. Акробатические упражнения: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения, лёжа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом вращения.

**Лёгкая атлетика.** Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

**Подвижные игры.** На материале раздела «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увёртывайся от мяча» и другие.

**Общеразвивающие физические упражнения** на развитие основных физических качеств.

**Виды деятельности:**

- бег, прыжки в длину, лазания, перелазания,

- метания мячей на дальность,

- работа со скакалкой,

- акробатические упражнения,

- проведение эстафет, соревнований,

- различные игры и игровые моменты,

- беседы об играх, существовавших с давних времён по сегодняшний день.

**Формы организации.**

* Занятия физической культуры, физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и самостоятельными занятиями физическими упражнениями во внеурочное время,
* занятия с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью,
* утренние зарядки до уроков,
* физкультминутки и подвижные игры на переменах и во время прогулок,
* дополнительных занятиях в виде спортивного часа.

**Календарно-тематическое планирование.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема  | Кол-во часов | Дата |
|  |  |  | По плану | Фактич. |
| **1 четверть** |
| 1 | Правила безопасности на занятиях физической культуры. | 1 |  |  |
| 2 | ***Игры на свежем воздухе:***«Скакалка», «Удочка» «Классики», «Резиночка» и другие. | 8 |  |  |
| **2 четверть** |
| 3 | ***Забытые игры на Руси:*** «Городки», «Лапта», «Горелки», «Гуси-Лебеди», «Удочка», «Хромая лиса», «Чижик», «Волк и овцы», «Змейка», «Колечко». «Салки» и др. | 8 |  |  |
| **3 четверть** |
| 4 | ***Игры с мячом:***«Съедобное-несъедобное», «Вышибалы», «Горячая картошка», «Пионербол», «Квадрат», «33» и другие. | 9 |  |  |
| **4 четвреть** |
| 5 |  ***Игры на свежем воздухе***:«Охотники и утки», метание мяча на дальность. игра «Кто дальше», Подвижная игра «Третий лишний» Игра «Пустое место». Подвижная игра «Выше ноги от земли». Подвижная игра «Гуси и волк» Подвижная игра «Медведь во бору». Игра «Ловля обезьян». «Горячая линия». Игра «Сбей кегли противника» «Скакалка», «Удочка» «Классики», «Резиночка» и другие. | 9 |  |  |
| **Итого** | **35** |