

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Прикладно - ориентированная физическая культура» (1 класс)

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Прикладно-ориентированная физическая культура» на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее — ФГОС НОО), а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в Программе воспитания.

I. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1 год освоения курса

Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр. Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Расширить и углубить знания о родном городе, его истории, достопримечательностях. Развивать нравственно-патриотические качества. Познакомить детей с играми народов разных стран мира.

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Прикладно-ориентированная физическая культура» реализуется педагогом с учётом рабочей программы воспитания через:

- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью);
- формирование установки на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- демонстрацию обучающимися примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности;
- применение интеллектуальных, подвижных, спортивных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
- систематические занятия физической культурой.

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры родного города;
- 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;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.
- воспитывать патриотическую и гражданскую ответственность средствами физической культуры;
- стремление к формированию культуры здоровья;
- воспитывать бережное отношение к окружающему миру.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

познавательные УУД:

- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;
- воспитывать любознательность к физическим упражнениям, познавательного интереса к родному краю, креативности, творческих способностей.

коммуникативные УУД:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя.

регулятивные УУД:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

- отличать подвижные и спортивные игры;
- бережному отношению к своему здоровью;
- играть в игры разных народов;
- соревновательной деятельности;
- нравственно-патриотическим качествам и любви к родному городу.

III. Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Тема/раздел	Количество часов, отводимых на освоение темы/раздела	Электронные учебно-методические материалы (ЭОР или ЦОР)	Форма проведения занятий
1.	Знание о физической культуре.	3	http://school-collection.edu.ru/	Беседа, обсуждение, игра
2.	Способы самостоятельной деятельности.	2	http://school-collection.edu.ru/	Специализированная зарядка Физкультминутки
3.	Оздоровительная физическая культура.	3	http://school-collection.edu.ru/	Соревнования, подвижные игры на свежем воздухе
4.	Спортивно-оздоровительная физическая культура	22	http://school-collection.edu.ru/	Соревнования, спортивный праздник, подвижные игры на свежем воздухе
5.	Прикладно-ориентированная физическая культура	3	http://school-collection.edu.ru/	Соревнования, сдача норм ГТО.
	Всего:	33 часа		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575803

Владелец Жандарова Лариса Борисовна

Действителен с 25.03.2022 по 25.03.2023