

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Байдулинская средняя общеобразовательная школа»
муниципального образования «Тереньгульский район» Ульяновской области

Рассмотрено на заседании
ШМО учителей технологического цикла
Руководитель ШМО *М.А. Распаева*
Протокол № 1 от 28.08.2023

Согласовано
Зам. директора по УР *Т.Н. Ватина*
Протокол № 10 от 29.08.2023

Утверждаю
Директор школы *С.В. Фещенко*
Приказ № 104/30 от 31.08.2023



Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Легкая атлетика»
на 2023 -2024 учебный год
(34 часа в год, 1 раз в неделю)

Срок реализации: 1 год
Возрастная категория: обучающиеся 1-2 класса
Направление: занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии
Составитель: Лазаричев А.А.
Количество часов: 34 часа в год

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами программы является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД)

Регулятивные УУД:

- планировать общую цель и пути её достижения;
- формулировать собственное мнение и позицию;

- распределять функций и роли в совместной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты;
- осуществлять взаимный контроль;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра и внесение необходимых коррективов;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера

сделанных ошибок.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

Предметные

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения ;
- знание основных направлений развития физической культуры в обществе.

Содержание курса внеурочной деятельности

1 класс -2класс

Тема 1 Здоровый образ жизни (1ч)

Тема 2 Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч)

Тема 3 Личная гигиена (1ч)

Тема 4 Профилактика травматизма (3ч)

Тема 5 Нарушение осанки (2ч)

Тема 6 Современные подвижные игры (25ч)

Формы проведения занятий:

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

- спортивные игры;
- ролевые игры;
- выполнение заданий соревновательного характера;
- оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол. часов	Теория	Практические занятия	Электронные ресурсы	Дата
	Теоретические знания по легкой атлетике				http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	05.09

1	Здоровый образ жизни	1	1			
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	12.09
3	Личная гигиена	1	1		http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	19.09
4	Профилактика травматизма	1	1		http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	26.09
5	Нарушение осанки	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	03.10
6	Современные подвижные игры: «Мяч по кругу»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	17.10
7	«Поймай рыбку»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	24.10
8	«Цепи кованы»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	31.10
9	Профилактика травматизма	1	1		http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	07.11

10	«Змейка на асфальте»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	14.11
11	«Бег с шариком»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	28.11
12	«Нас не слышно и не видно»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	05.12
13	«Третий лишний»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	12.12
14	«Ворота»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	19.12
15	«Чужая палочка»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	26.12
16	«Белки, шишки и орехи»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	09.01
17	Профилактика травматизма	1	1		http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	16.01
18	Нарушение осанки	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	23.01
19	«След в след»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	30.01
20	Эстафета	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	06.02

21	«Мишень»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	13.02
22	«С кочки на кочку»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	27.02
23	«Без пары»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	05.03
24	«Веревочка»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	12.03
25	«Плетень»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	19.03
26	Профилактика травматизма	1	1		http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	26.03
27	«Кто больше»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	02.04
28	«Успевай, не зевай»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	16.04
29	«День и ночь»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	23.04
30	«Наперегонки парами»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	30.04

31	«Ловушки-перебежки»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	07.05
32	«Вызов номеров»	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html .	14.05
33- 34	Эстафета	1		1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-4kl/index.html -	21.05 23.05