

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет образования и науки Курской области

Поныровский район Курской области

МКОУ Березовецкая ООШ

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора



Кобзева О.М.

Протокол педсовета №1
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы



Чевычелова С.А.

Приказ №1-110
от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Подвижные игры»

для 2 класса

на 2023 - 2024 учебный год

Составитель: Сорокина Марина Васильевна,

учитель начальных классов

Березовец 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
 - Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
 - Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р; СП 2.4.3648-20;
 - ООП НОО МКОУ «Березовецкая ООШ» Поныровского района Курской области на 2022 – 2026 учебный год;
- Программа «Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Цель курса сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

Задачи курса

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству народов Поволжья.
- Расширение кругозора младших школьников.
- Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.
- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;

- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Возраст детей, участвующих в реализации программы: учащиеся 2 класса (8 лет).

Сроки реализации. Программа рассчитана на 1 год. Курс включает 34 занятия: одно занятие в неделю. Продолжительность занятий: 40 минут. Занятия проводятся на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

Планируемые результаты.

2 класс:

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.
- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.

Личностные результаты

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;

- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

Содержание курса 2класс (34 занятия).

Игры с бегом (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»

Игра «Пустое место».

Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».

Игры с прыжками (5 часов)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при играх мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».

- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча

Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»

- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.

Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

Игры малой подвижности (5 часов)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

Эстафеты (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки

Практические занятия:

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

Народные игры (5 часов)

Теория. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»

- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

**Календарно-тематическое планирование
курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»**

№ п/п	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Приме чание
	план	факт			
1.			Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.	1	
2.			Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи».	1	
3.			Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	1	
4.			Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо».	1	
5.			Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	1	
6.			Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой.	1	
7.			Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».	1	
8.			Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше».	1	
9.			Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».	1	
10.			Комплекс ОРУ с короткой скакалкой.	1	

			Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом».		
11.			Правила безопасного поведения при с играх мячом.	1	
12.			Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».	1	
13.			Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч».	1	
14.			Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».	1	
15.			Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	1	
16.			Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.	1	
17.			Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».	1	
18.			Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».	1	
19.			Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».	1	
20.			Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?».	1	
21.			Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил». Игра «Защитой ворота».	1	
22.			Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».	1	
23.			Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели».	1	

			Игра «Кто точнее».		
24.			Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».	1	
25.			Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки.	1	
26.			Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	1	
27.			Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1	
28.			Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1	
29.			Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	1	
30.			История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.	1	
31.			Разучивание народных игр. Игра «Бегунок».	1	
32.			Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка».	1	
33.			Разучивание народных игр. Игра «Котел».	1	
34.			Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	1	

Учебно-методическая литература для учителя

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Керман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1-4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г

5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г

Материально – техническое обеспечение программы: мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.