

**АДМИНИСТРАЦИИ ПАРТИЗАНСКОГО РАЙОНА
КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СТОЙБИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

663546, Россия, Красноярский край, Партизанский район, с.Стойба, ул. Школьная, 5^а
Тел. 8-39140-23-8-16. E-mail mou20k@mail.ru

РАССМОТРЕНО

Заместитель директора
по ВР

Костыкова К.В.
Протокол № 1
от «28» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МКОУ
"Стойбинская СОШ"

Шумин К.С.
Приказ № 224
от «30» 08 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка и спортивные игры
(Подвижные игры)»
для обучающихся 2 классов
на 2024/2025 учебный год

Составитель:
Кублицкий Роман Викторович
учитель физической культуры

с. Стойба, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры» 2 класс разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральными требованиями к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса (приказ Минобрнауки России от 04.10.2010 № 986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»);
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»);
- На основе примерной программы внеурочного курса, авторская программа – «Подвижные игры» Баскаева Е.А., 2013г.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Особенность подвижных игр — их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Цель программы- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в МКОУ «Стойбинская СОШ».

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Описание места в учебном плане

Программа учебного курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» рассчитана на 4 года обучения (с 1 по 4 классы). Общее количество часов на прохождении программы – 135 часов за 4 года. Количество часов на один год обучения составляет 34 часа для 2 класс.

Содержание курса внеурочной деятельности

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности. Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: *викторины, конкурсы, ролевые игры, выполнение заданий соревновательного характера, оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ), результативность участия в конкурсных программах и др.*

Игры с бегом (6 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 (4 часа)

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 (6 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при играх с 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 (4 часа)

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?»»

Зимние забавы (4 часа)

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

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".

Формы организации занятий и виды деятельности

Формы организации занятий: практические занятия; игра с правилами, образно-ролевая игра; беседы по воспитательным эффектам подвижных игр; практические занятия; сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра; мини – проекты.

Виды деятельности:

- устанавливают взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения;
- анализируют правила игры;
- знакомятся с основными понятиями игровой деятельности;
- осуществлять совместное или самостоятельное распределение ролей в игре;
- знакомятся с играми народов мира;
- с особенностями жизни, культуры народов, населяющих нашу Родину
- анализируют правила игры;
- осознают себя, как субъект социума;

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» 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 программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- 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, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. 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.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- 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;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;

- развитие физических способностей;
 - освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
 - развитие психических и нравственных качеств;
 - повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
 - организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
 - Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны **знать**:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

Должны уметь:

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Тематическое планирование 2 класс

№ П/П	№ раздела	Наименование разделов тем программы	Основные виды деятельности	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	1	Игры с бегом	Впереди цепи встает ученик. Она бежит, увлекая за собой всех участников игры, на бегу описывает разнообразные фигуры: по кругу, вокруг деревьев, делая резкие повороты, перепрыгивая через препятствия. Отставшие игроки выбывают из игры. Играть в данную игру можно в любое время года. Правила игры: Игроки должны крепко держать друг друга за руки или пояс (но не одежду), чтобы змейка не разорвалась. Игроки должны повторять движения водящего	6	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	2	Игры с мячом	Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляю в основном в процессе подвижных игр с мячом: "Мячик кверху", "Ловишки с мячом", "Выбивала". Большое подспорье в реализации моей системы оказывает созданная мною картотека игр с мячом. При всём многообразии традиционных форм, наиболее эффективными формами, использования мяча в развитии двигательных навыков и умений в моей работе являются: - использование мячей на утренней гимнастике	6	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	3	Игры с прыжками	Играющие разбиваются на 2-3 команды и располагаются в командах в колонну по одному. Отмечаются 3 зоны с определенным количеством очков - 5,4,3 (Рис.6). Участники прыгают цепочкой друг за другом. За каждый прыжок участник получает оценку, которая представляет собой сумму номера зоны места линия старта приземления. Побеждает команда, набравшая большее количество очков. "Лиса и куры".	4	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	4	Игры малой подвижности	Игры малой подвижности способствуют развитию памяти, сообразительности и наблюдательности, координации движений, ориентировки в пространстве и двигательных умений. Кроме того, они доставляют детям удовольствие, создают	5	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

			хорошее настроение, что немаловажно. Игры малой подвижности проводятся со всеми детьми одновременно на физкультурном занятии (в третьей его части), досугах и праздниках, дневной и вечерней прогулках, в процессе физкультурных минуток и физкультурных пауз, самостоятельной двигательной деятельности детей. Игры и игровые упражнения малой подвижности для младшей группы. 1. «Зайка». Один из играющих назначается зайкой.		
5	5	Зимние забавы	Необходимо лишь следить за тем, чтобы более интенсивные движения сменялись более спокойными видами деятельности. В ходе игры важно знать и обращать внимание на внешние признаки утомления в каждой возрастной группе он разный. Нормальным считается чуть возбуждённое лицо, немного сниженное внимание, но четкое выполнение заданий и, главное отсутствие жалоб в чём – либо! В том случае если движения детей нечётки, неуверенны, пробуждение конфликтности, отказ от участия в игре, необходимо перейти к другой деятельности и снизить нагрузку.	3	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6	6	Эстафеты	К играм-эстафетам малой подвижности относятся эстафеты со следующими движениями: ходьба и бег с подлезанием, перелезанием, пролезанием, перешагиванием, ползанием, влезанием и спрыгиванием. Основная задача таких игр-эстафет: усвоение детьми очередности выполнения движений и правил передачи эстафеты. Задания выполняются по одному с небольшой скоростью и амплитудой движений. Продолжительность игровых заданий не более 20 сек., повторяется такая эстафета до 5 раз.	5	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	7	Русские народные игры	Народные игры содержат минимальное количество правил, соблюдать которые не трудно, поэтому они прекрасно подходят для свободного проявления	5	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

		индивидуального «я». 1. Игра «Ведьмина метелка». Вызываются команды, становятся в круг и передают веник, украшенный бантом, пока играет музыка. У кого после окончания музыки веник остался в руках, тому загадку про зиму загадывать		
--	--	---	--	--

Поурочное планирование 2 класс

№ п/п	Тема занятий	Дата
Игры с бегом 6 часов		
1	ТБ. Игра «Вороны и воробьи»	02.09.2024
2	Игра «Совушка».	09.09.2024
3	Игра «День и ночь».	16.09.2024
4	Игра «Вызов номеров»	23.09.2024
5	Игра «Два мороза».	30.09.2024
6	Игра «Воробушки».	07.10.2024
Игры с мячом 6 часов		
7	Игра «Свечи».	14.10.2024
8	Игра «Передал – садись».	21.10.2024
9	Игра «Охотники и утки».	11.11.2024
10	Игра «Рак пятится назад».	18.11.2024
11	Игра «Кто самый меткий».	25.11.2024
12	Игра «Не упусти мяч»	02.12.2024
Игры с прыжками 4 часа		
13	Игра «Салки на одной ноге	09.12.2024
14	Игра «Кто выше»	16.12.2024
15	Игра «Пингвины с мячом».	23.12.2024
16	Игра «Поймай лягушку».	28.12.2024
Игры малой подвижности 5 часов		
17	Игра «Карлики и великаны».	13.01.2025
18	Игра «Кошка и мышка».	20.01.2025
19	Игра «Чемпионы скакалки».	27.01.2025
20	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.	03.02.2025

	Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»	
21	Игра «Чемпионы скакалки».	10.02.2025
Зимние забавы 3 часа		
22	Игра «Лепим сказочных героев».	17.02.2025
23	Игра «Лепим снежную бабу».	24.02.2025
24	Игра «Санные поезда».	03.03.2025
Эстафеты 5 часа		
25	Эстафеты «Бег сороконожек».	10.03.2025
26	Эстафеты «Бег по кочкам»,	17.03.2025
27	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	31.03.2025
28	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	07.04.2025
29	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	14.04.2025
Русские народные игры 5 часов		
30	Игра «Чехорда»	21.04.2025
31	Игра «Бегунок»	28.04.2025
32	Промежуточная аттестация	05.05.2025
33	Игра «Котел»	12.05.2025
34	Игра "Дедушка - сапожник".	19.05.2025

ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Библиотечный фонд:

Образовательные программы.

Учебно-методические пособия.

Учебник по физической культуре.

Учебно-практическое оборудование:

Гимнастика.

Скамейка гимнастическая жесткая.

Гимнастические маты.

обручи гимнастические.

Мяч малый (теннисный).

Палка гимнастическая.

Скакалка гимнастическая.

Мост гимнастический подкидной.

Набивной мяч (1 кг, 2 кг).

Легкая атлетика.

Секундомер.

Рулетка измерительная (20 м).

Флажки разметочные на опоре.
Стойки для прыжков.
Резинка для прыжков.
Малый мяч для метаний.
Подвижные игры.
Лапта и мяч.
Эстафетные игрушки (поделки).
Объемные мячи.
Кегли и кубики.
Свистки.
Спортивные игры.
Мячи резиновые.
Мячи баскетбольные.
Мячи футбольные.

Методическое пособие

1. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры: Пособие для воспитателя дет.сада/ Под ред. Л.В.Русской.- М.: Просвещение, 2015.
2. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя дет.сада /Сост.А.В.Кенеман; Под ред. Т.И.Осокиной.-М.: Просвещение, 2016.
3. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: Пособие для учителя/С.А.Баранцев, Г.В.Береуцин, Г.И.Довгаль, И.Н.Столяк; Под ред.А.М.Шмелина.-М.: Просвещение, 2019.