

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Республики Мордовия

Администрация Zubovo-Polyanskogo муниципального района

МБОУ "Зубово-Полянская гимназия"

РАССМОТРЕНО

на заседании кафедры
физической и
эстетической культуры,
ОБЖ

Сандарова Т.Ф.
протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по НМР

Левина Л.Н.
Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Балашкина Н.В.
Приказ №184 от «31»
августа 2023 г.

**Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности
Секция «Подвижные игры»**

Уровень начального общего образования

Срок освоения: 1 год (2 класс)

**Составитель: Макарова Л. А.,
учитель физической культуры**

Зубова Поляна, 2023.

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры» для учащихся 2-х классов составлена на основе авторской программы

«Физическая культура для 1-4 классов», авторы В. И. Лях и др. - М.:Просвещение, 2018 г.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Курс включает одно занятие в неделю, 2 классы по 34 занятия за учебный год.

- Письма Минобрнауки России «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования» от 12.05.2011 г. № 03-296.

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».

- Учебник: Лях В. И. Физическая культура. 1–4 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений. М.: Просвещение, 2011.

Пояснительная записка

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.
- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.
- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.
- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение.

Личностные результаты

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выразить 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 внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности (2 класс)

1. Игры с бегом (5 часов)

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

- 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».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Челнок». Игра «Карусель»

2. Игры с прыжками (5 часов)

Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

- 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»

3. Игры с мячом (5 часов)

Правила безопасного поведения при играх мячом.

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

4. Игры малой подвижности (2 часа)

Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».

5. Зимние забавы (8 часов)

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

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

6. Эстафеты (6 часов)

Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки

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

7. Народные игры (3 часа)

История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр.

Игровая терминология.

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

Формы подведения итогов реализации курса

Способы проверки знаний и умений:

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
 - участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
 - открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.
- Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях.

Тематическое планирование на 2-й год обучения

№	Раздел / тема	Количество часов
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5 ч.
2.	Игры с мячом.	5 ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5 ч.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	2 ч.
6.	Зимние забавы.	8 ч.
7.	Эстафеты.	6 ч.
7.	Народные игры	3 ч.
	Итого:	34 ч.

Календарно-тематическое планирование 2 класс

№п\п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			планируемая	фактическая
1.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. ПИ «Вороны и воробьи»	1	7.09.23	
2.	Комплекс ОРУ с рифмованными строчками ПИ «К своим флажкам».	1	14.09.23	
3.	Комплекс ОРУ с предметами. ПИ «Невод», «Колесо»	1	21.09.23	
4.	Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «День и ночь»	1	28.09.23	
5.	Комплекс ОРУ с рифмованными строчками.ПИ «Воробушки»	1	5.10.23	
6.	Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Перебежки»	1	12.10.23	
7.	Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Пингвины с мячом»	1	19.10.23	
8.	Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Накинь кольцо»	1	26.10.23	
9.	Комплекс ОРУ.ПИ «Передал - садись» История возникновения игр с мячом. ПИ «Свечи»	1	9.11.23	
10.	Профилактика детского травматизма. ПИ «Охотники и утки»	1	16.11.23	
11.	Комплекс ОРУ с предметами. ПИ «Сбей мяч»	1	23.11.23	
12.	Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. ПИ «Рак пятится назад»	1	30.11.23	
13.	Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Скорый поезд»	1	7.12.23	
14.	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. ПИ «Охотники и утки»	1	14.12.23	

15.	ПИ «Змейка», «Карлики и великаны»	1	21.12.23	
16.	ПИ «Стрекозы», «Чемпионы скакалки»	1	28.12.23	
17.	Зимние забавы. «Лепим снежную бабу».	1	11.01.24	
18.	Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Санные поезда»	1	18.01.24	
19.	Зимние забавы. ПИ «Лепим сказочных героев»	1	25.01.24	
20.	Зимние забавы. ПИ «На одной лыже»	1	1.02.24	
21.	Зимние забавы. ПИ «Езда на перекладных»	1	8.02.24	
22.	Зимние забавы. ПИ «Пастух и стадо»	1	15.02.24	
23.	Зимние забавы. ПИ «Караси и щука»	1	22.02.24	
24.	Зимние забавы. ПИ «У медведя во бору»	1	29.02.24	
25.	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Веселые старты	1	7.03.24	
26.	Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек»	1	14.03.24	
27.	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд»	1	21.03.24	
28.	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны»	1	4.04.24	
29.	ПИ «Кто скорее»	1	11.04.24	
30.	Эстафета «Космонавты»	1	18.04.24	
31.	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место»	1	25.04.24	

32.	Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. ПИ «Бегунок»	1	2.05.24	
33.	Народные игры – основа игровой культуры. ПИ «Верёвочка»	1	16.05.24	
34.	Народные игры – основа игровой культуры. ПИ «Дедушка - сапожник»	1	23.05.24	