

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Колесниковская средняя общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
 /Провоторова Е.А./



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности**

«Подвижные игры»

2 класс

(спортивно-оздоровительное направление)

**Составитель программы: Дёгтев Виктор Филиппович, учитель
физической культуры**

д. Колесниково

Пояснительная записка.

Рабочая программа факультатива «**Подвижные игры**» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Программы внеурочной деятельности образовательной организации.

Программа реализуется в рамках **спортивно-оздоровительного** направления.

Программа факультатива по спортивно-оздоровительному направлению направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровее обучающихся в дальнейшем.

Цель: создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных народных игр через включение их в совместную деятельность.

Программа определяет ряд **задач:**

- активизировать двигательную активность средних школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

На изучение факультатива «**Подвижные игры**» отводится **1 час в неделю**, итого **34 часа** за учебный год. По учебному календарю в 2022-2023 учебном году на изучение программного материала по данному курсу рабочих дней меньше, чем в рабочем плане, программа рассчитана на 33 часа.

Содержание курса факультатива. Рекомендуемые темы практических занятий. «Подвижные игры», 2 класс

I. Игры с бегом

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». Игра "Лиса и куры".
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». " Веселые ракеты".
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место». Игра «Невод».
- Упражнения с предметами. Игра «Колесо» «Два мороза». Игра «Воробьи попрыгунчики». Игра «Челнок». Игра «Карусель».

II. Игры с мячом

Теория. Правила безопасного поведения при играх мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи», "Перестрелка".
Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч». Игра "Гусеница".
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». Игра "Перестрелка".
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». Игра "Мяч по полу".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".
- Комплекс ОРУ в движении. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Гонка мячей".
- Комплекс ОРУ в круге. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "

III. Игры с прыжками

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».

IV. Игры малой подвижности

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

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». Игра «На новое место».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». Игра "Лабиринт".
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». Игра «Что изменилось?».

V. Народные игры

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".

VI. Эстафеты

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».

Планируемые результаты освоения факультатива «Подвижные игры», 2 класс

Программа обеспечивает достижение второклассниками следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на уроке;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, уметь работать по предложенному учителем плану;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

Познавательные:

- делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре);
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
- находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей(предметных, рисунков, схематических рисунков).

Коммуникативные:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста);
- слушать и понимать речь других;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога(побуждающий и подводящий диалог);
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Предметные результаты.

В результате освоения курса «Подвижные игры» обучающиеся будут иметь представление:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

обучающиеся закрепят умения:

- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия
- разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Для реализации программного содержания используются учебно-методические пособия:

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман 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
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, 2009г
8. В.И.Лях, А.А.Зданович. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов-М: «Просвещение», 2013г.

Электронные ресурсы: <http://vvv.solnysko.ee>

«Подвижные игры» 2 класс

№ п/п	Наименование тем	Количество часов
1	Игры с бегом	6
2	Игры с мячом	6
3	Игры с прыжками	4
4	Игры малой подвижностью	3
5	Народные игры	7
6	Эстафеты	7
Итого		33

Календарно - тематическое планирование факультатива
«Подвижные игры» 2 класс

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения	Форма занятия	Электронный (цифр.) образов. ресурс
1	Инструктаж по охране труда. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.		Беседа. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
2	Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка».		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
3	Подвижные игры «Вороны и воробьи», "Лиса и куры".		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
4	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам».		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
5	Подвижные игры «День и ночь», "Веселые ракеты".		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
6	Упражнения с предметами. «Два мороза». Игра «Воробьи -попрыгунчики».		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee

7	Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись».Игра «Свечи».		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
8	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч».		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
9	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад».Игра «Скорый поезд». Игра		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
10	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
11	Броски и ловля мяча. Игра«Кто самый меткий». Игра«Не упусти мяч». Игра «Мяч по полу».		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
12	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
13	Комплекс ОРУ в движении. Игра"Перестрелка с пленом".Игра "Гонка мячей".		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvv.solnyshko.ee
14	Комплекс ОРУ в круге. Игра "Перестрелка с пленом". Игра «Молекулы».		Практическая работа Теоретические знания.	http://vvv.solnyshko.ee
15	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Комплекс ОРУ. Игра«Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».		Практическая работа Теоретические знания.	http://vvv.solnyshko.ee
16	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра«Удочка». Игра «Кто выше»		Практическая работа Теоретические знания.	http://vvv.solnyshko.ee
17	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе».Игра «Пингвины с мячом».		Практическая работа Теоретические знания.	http://vvv.solnyshko.ee
18	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку».		Практическая работа	http://vvv.solnyshko.ee

			Теоретические знания.	
19	Комплекс специальных упражнений. Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».		Практическая работа Теоретические знания.	http://vvy.solnyshko.ee
20	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».		Практическая работа Теоретические знания.	http://vvy.solnyshko.ee
21	Знаменитые собиратели и организаторы игр. Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»		Практическая работа Теоретические знания.	http://vvy.solnyshko.ee
22	Подвижная игра игра «Бегунок».		Практическая работа Содержание игра.	http://vvy.solnyshko.ee
23	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка».		Практическая работа. Теоретические знания.	http://vvy.solnyshko.ee
24	Разучивание народных игр. Игра «Котел»		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvy.solnyshko.ee
25	Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvy.solnyshko.ee
26	Закаливание и его влияние на организм. Игра "Воротца".		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvy.solnyshko.ee
27	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки. Веселые старты.		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvy.solnyshko.ee
28	Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvy.solnyshko.ee
29	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vvy.solnyshko.ee

30	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vov.solnyshko.ee
31	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vov.solnyshko.ee
32	ОРУ на развитие ловкости. Работа с маленькими мячами. Игра « Флорбол »		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vov.solnyshko.ee
33	Влияние подвижных игр на организм. Футбол двумя мячами.		Теоретические знания. Практическая работа.	http://vov.solnyshko.ee