

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа №5»
Алексеевского городского округа

| | | | | |
|--|---|--|---|--|
| <p>РАССМОТРЕНА Руководитель МО</p> <p> Даншина Е.В. Протокол №5 от «28» августа 2024г.</p> | <p>РАССМОТРЕНА На заседании методического совета школы Руководитель МС</p> <p> Бабич Ю.И. Протокол педагогического совета №1 от «30» августа 2024г.</p> | <p>СОГЛАСОВАНА Заместитель директора</p> <p> Шестопалова М.Ю. 30.08.2024</p> | <p>РАССМОТРЕНА На заседании педагогического совета</p> <p>Протокол № 1 от 30.августа2024г.</p> | <p>УТВЕРЖДЕНА И.о. директора</p> <p> Фоменко О.А. Приказ №171-орг от 30.августа 2024г.</p>  |
|--|---|--|---|--|

Программа
Внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
Для обучающихся 2 класса
(срок реализации 1 год)

Составитель: Шаталова М. В.

Алексеевка 2024год

1. Пояснительная записка

1.1. Общие положения

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 30 декабря 2021 года.);
- Приказа Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 №372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования».
- Информационно – методическим письмом об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования от 05.07.2022 №ТВ-1290/03.

1.2. Место курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 2 класс в учебном плане

Курс внеурочной деятельности «Подвижные игры», 2 класс рассчитан на 34 часа, в неделю - 1 час

1.3. Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 2 класс

Подвижные игры в рамках внеурочной деятельности в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы.

Подвижные игры — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» формирует универсальные учебные действия у учащихся. Так как игра основной вид деятельности младшего школьника, основы здорового образа жизни воспитываются и усваиваются непосредственно через игру. Посредством игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, подвижные и спортивные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания.

Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня физической подготовленности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры, учащиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу учебного курса «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания

могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

1.4. Цели и задачи изучения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 2класс

Цель: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие ихразносторонней физической подготовленности.

Задачи:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- развитие координационных, пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе игровой деятельности;
- воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
- развитие познавательных интересов, воображения, памяти, мышления, речи;
- создание условия для проявления чувств коллективизма;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

Содержание курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 2 класс

I. Основы знаний о подвижных играх (включаются во все занятия). Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта

III. Игры

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», «Невод», «Третий лишний», «Перемена мест», «Третий лишний», «Вызовномеров», «Салки с ленточками», «Заяц без места», «Кто обгонит», эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка», «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (10ч)

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», Эстафеты с мячом.

Народные игры (7ч)

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Сюжетные игры

«Два мороза», «Космонавты», «Вороны и воробьи», «Волк во рву», «Заяц и волк», Не ошибись (с рисунками зверей и птиц).

Зимние забавы (3ч)

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Соревнования (3ч)

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

Распределение учебного времени прохождения программного материала курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 2 класс

| № п/п | Разделы, темы | часы |
|--------------|---|------------------|
| I | Знания о физической культуре | В процессе урока |
| II | Техника безопасности | В процессе урока |
| III | Игры | |
| 1 | Подвижные игры с элементами легкой атлетики | 11 |
| 2 | Подвижные игры с элементами спортивных игр | 10 |
| 3 | Народные игры | 7 |
| 4 | Зимние забавы (зимние виды игр) | 3 |
| 5 | Соревнования | 3 |
| | Всего | 34 |

3. Планируемые образовательные результаты (личностные, метапредметные, предметные) освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 2 класс

Личностные результаты

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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 играх и нестандартных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
- понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- 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;

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
- осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

Коммуникативные УУД:

- овладение диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение при взаимодействии со сверстниками;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение

окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- умение высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- умение совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;
- 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;
- умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- умение формулировать собственное мнение и позицию.

Предметные результаты

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и 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;
- умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности обучающиеся к окончанию 2 класса **должны:**

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;

- об играх разных народов;
- о разновидности подвижных игр;
- о соблюдении правил подвижных игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные и спортивные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила подвижных игр.

Ожидаемые результаты:

- высокий уровень мотивации здорового образа жизни;
- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
- формирование двигательных действий с мячом;
- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом;
- самостоятельная организация и проведение подвижных и спортивных игр в малых группах сверстников;
- соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 2 класс

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Кол-во часов | | | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------|--|--------------|----------|------------|---|
| | | всего | По плану | Фактически | |
| 1 | Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи». | 1 | | | https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/conspect/192642/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/conspect/326499/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/326520/ |
| 2 | Подвижные игры «Космонавты», «Невод». | 1 | | | http://xn--b1atfb1adk.xn--p1ai/files/ioe/documents/5MRWA23WKZ9BN7I_GIAYE.pdf |
| 3 | Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест». | 1 | | | |
| 4 | Подвижная игра «Вызов номеров» | 1 | | | |
| 5 | Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места». | 1 | | | https://resh.edu.ru/subject/9/4/ |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|---|
| 6 | Подвижная игра «Ктообгонит», эстафеты. | 1 | | | |
| 7 | Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». | 1 | | | |
| 8 | Подвижные игры «Удочка», «С кочки накочку» | 1 | | | |
| 9 | Эстафеты с прыжками. | 1 | | | |
| 10 | Подвижная игра «Кто дальше бросит» | 1 | | | |
| 11 | Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет». | 1 | | | |
| 12 | Подвижные игры «Колечко», «Ручеек». | 1 | | | http://xn--b1atfb1adk.xn--p1ai/files/ioe/documents/5MRWA2 |
| 13 | Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки». | 1 | | | 3WKZ9BN7IGIA |
| 14 | Подвижные игры «Чехарда» «Кошки-мышки» | 1 | | | YE.pdf https://resh.edu.ru/subject/9/4/ |
| 15 | Сюжетные игры «Два мороза», «Космонавты», | 1 | | | https://www.igraemsa.ru |
| 16 | Сюжетные игры «Вороны и воробьи», « Волк во рву», | 1 | | | https://www.detkiuch.ru/ |
| 17 | Сюжетные игры «Заяц и волк», не ошибись (с рисунками зверей и птиц). | 1 | | | https://www.teremoc.ru/index.php |
| 18 | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Непропусти шайбу». | 1 | | | https://resh.edu.ru |

| | | | | | |
|----|---|---|--|--|---|
| 19 | Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне». | 1 | | | /subject/lesson/4148/start/192643/ |
| 20 | Подвижные игры «Гонкина санках», «Юный хоккеист». | 1 | | | /subject/lesson/4148/start/192643/ |
| 21 | Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты. | 1 | | | /subject/lesson/4148/start/192643/ |
| 22 | Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. | 1 | | | http://xn--b1atfb1adk.xn--p1ai/files/ioe/doc |
| 23 | Ведение мяча с изменением направления скорости. | 1 | | | /subject/lesson/4148/start/192643/ |
| 24 | Броски в цель. | 1 | | | http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 |
| 25 | Подбрасывание и подача мяча. | 1 | | | http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 |
| 26 | Прием и передача мяча в волейболе. | 1 | | | http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9 |
| 27 | Удары и остановка мяча ногой. | 1 | | | http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9 |
| 28 | Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру. | 1 | | | https://resh.edu.ru/subject/lesson/746 https://resh.edu.ru/subject/ |
| 29 | Подвижные игры «Гонкамячей по кругу», «Вызови по имени» | 1 | | | /subject/lesson/4148/start/192643/ |
| 30 | Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель». | 1 | | | 48/start/192643/ |
| 31 | Подвижные игры «Мячловцу», «Охотники и утки». | 1 | | | /subject/lesson/41 |
| 32 | Соревнование по дартсу | 1 | | | 48/start/192643/tember.ru/ |

| | | | | | |
|-------------------------------------|---|----|--|--|---|
| 33 | Соревнование по подвижной игре «Пионербол» | 1 | | | http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 |
| 34 | Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом. | 1 | | | http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9 |
| Итого по разделу | | | | | |
| Общее количество часов по программе | | 34 | | | |

Список литературы

Физическая культура 1 класс. А.П. Матвеев, 2024 г.
Физическая культура 2 класс. А.П. Матвеев, 2024 г.
Физическая культура 3 класс. А.П. Матвеев, 2024 г.
Физическая культура 4 класс. А.П. Матвеев, 2024 г.
УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА
Физическая культура 1- 4 класс. А.П. Матвеев, 2024 г.
МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ
Физическая культура 1- 4 класс. А.П. Матвеев, 2024 г.

Интернет-источники:

<https://resh.edu.ru/subject/9/6/>