

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Цильнинская средняя школа имени Героя Советского Союза Н.И. Малышева
муниципального образования «Цильнинский район» Ульяновской области

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО учителей
начальных классов

_____/Т. Ю. Алексеева /

Протокол № 1 от « 26 » августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР
МОУ Цильнинской СШ

_____/Л.В.Галиулина/

Протокол №1 от « 27 » августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ Цильнинской СШ

_____/Е.Ю.Чуносков/

Приказ № 128 от « 28 » августа 2024 г.

Рабочая программа

Наименование внеурочной деятельности: «**Подвижные игры**»

Направление: спортивно - оздоровительное

Уровень обучения: начальное общее образование

Класс: 2

Срок реализации программы: 2024-2025 учебный год

Количество часов в неделю: 1 час

УМК: Примерная программа курса «Подвижные игры» Баскаева Е.А., 2013 г

р.п. Цильна
2024

I. Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности

Личностные

У обучающихся будут сформированы:

- положительное отношение к занятиям;
- понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека;
- мотивация к выполнению закаливающих процедур.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- положительной мотивации к изучению различных приёмов и способов;
- уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- понимать цель выполняемых действий;
- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания;
- использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
- вносить коррективы в свою работу.

Учащиеся получают возможность научиться:

- продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
- объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;
- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
- организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

Познавательные

Учащиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

Учащиеся получают возможность научиться:

- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- рассказывать о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получают возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений.

II. Содержание курса внеурочной деятельности

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".

III. Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
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. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом».	1
11	Правила безопасного поведения при 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	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.	1
22	Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».	1
23	Игра «Санные поезда».	1
24	Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных».	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
	Итого	34

**Календарно - тематическое планирование курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры» 2 класс**

№ урока п/п	№ урока по теме	Наименование разделов, тем уроков	Дата проведения урока по плану	Дата фактического проведения
1		Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.		
2		Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи».		
3		Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».		
4		Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо».		
5		Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».		
6		Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой.		
7		Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».		
8		Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше».		
9		Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».		
10		Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом».		
11		Правила безопасного поведения при с играх мячом.		
12		Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».		
13		Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч».		
14		Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».		
15		Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».		
16		Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.		
17		Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».		
18		Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».		
19		Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».		
20		Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»		
21		Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.		
22		Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».		

23		Игра «Саные поезда».		
24		Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных».		
25		Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки.		
26		Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».		
27		Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».		
28		Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».		
29		Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».		
30		История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.		
31		Разучивание народных игр. Игра «Бегунок».		
32		Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка».		
33		Разучивание народных игр. Игра «Котел».		
34		Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".		