**смуниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Маркинская средняя общеобразовательная школа Цимлянского района Ростовской области**

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

С.С.Малахова

Приказ от 23.08.2021 года №187

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности « Подвижные игры» (спортивно - оздоровительное направление)

(указать учебный предмет, курс)

на 2021 – 2022 учебный год

Уровень общего образования начальное общее, 2 класс

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Количество часов в неделю 2

Учитель Паршина Ольга Петровна

Ф.И.О.

Программа разработана на основе:

Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В. И. Лях и  А. А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2011 г

(указать примерную программу/программы, автора, издательство, год издания при наличии)

**ст.Маркинская**

**2021 год**

**Раздел 1.**

**Планируемые результаты освоения курса**

**Личностные результаты:**

* формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
* формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
* развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
* развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
* формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
* развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
* развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
* формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

**Метапредметные результаты:**

* овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
* формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
* формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
* определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
* готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
* овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

- активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения,

- приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения,

- быстро принимать решение и приводить его в исполнение,

- проявлять инициативу,

- оказывать товарищескую поддержку,

- добиваться достижения общей цели;

- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

**Предметные результаты:**

– формирование первоначальных представлений о значении спорта и физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о их позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; – выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности

**Раздел 2.**

**Содержание** **курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности.**

1. **Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ** (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

1. **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.

1. **Подвижные игры.**

«Медведь спит», «Весёлая скакалка», «Снип–Снап», «Быстрая тройка», «Хвостики», «Паровоз», «Игра белок», «Разведчики» и др.

**Теоретический раздел:** беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо….», « Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

**Практический раздел**

Русские народные игры**:**«У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», Зайка»,  «Прыгание с перевязанными ногами», Наседка и коршун», «Удар по веревочке» См. Приложение

Подвижные игры: “Волк во рву,” “Салки”, “Класс смирно!”,  “Запрещенное движение,  “К своим флажкам”, “Карлики и великаны”, “Найди себе пару”, “У ребят порядок строгий”, «Кочка, дорожка, копна» ,«Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», " «Космонавты", «Зайцы в огороде»

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», ОРУ с использованием скороговорок., «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок»», «Определим игрушку».

Игры на свежем воздухе с  зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками.

Игры  и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании,   в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки, «Олимпийские игры»

**Основные разделы программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Общее  количество  часов |
| 1 | Народные игры | 12 |
| 2 | Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи | 12 |
| 3 | Подвижные игры | 30 |
| 4 | Спортивные игры | 3 |
| 5 | Спортивные праздники | 13 |
| **Всего – 70 часов** | | |

**Формы организации занятия:** игра, защита проекта, праздники ,викторина.

**Раздел 3.**

**Календарно - тематическое планирование курса**

**«Подвижные игры»**

**2 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Дата  План факт | | Тема занятия | Содержание занятия | Развитие и формирование качеств у учащихся |
|  | **Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи (12 часов)** | | | | |
| 1-2 | 3.09  8.09 |  | Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками». | Беседа: « Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения | Формирование  понятий о мире движений, их роли в сохранении здоровья |
| 3-4 | 10.09  15.09 |  | Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики –великаны» «Запомни- порядок» | «Беседа о гигиене» Правила игр. | Развитие внимания и памяти |
| 5-6 | 17.09  22.09 |  | Игры на развитие памяти. | Игры  «Художник»  « Все помню» | Развитие внимания и памяти |
| 7-8 | 24.09  29.09 |  | Игры на развитие воображения. | Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». Ору с использованием скороговорок. | Развитие воображения, речи |
| 9-10 | 1.10  6.10 |  | Игры на развитие памяти | «Два мороза».Эстафеты с примерами на сложение и вычитание. | Развитие ловкости и внимания, памяти |
| 11-12 | 8.10  13.10 |  | Игры на развитие мышления и речи. | Игры  «Угадай чей голосок»»,  «Определим игрушку». | Развитие внимания, памяти и речи |
|  | **Народные игры ( 12 часов)** | | | | |
| 13-14 | 15.10  20.10 |  | Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки» | Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. | Развитие ловкости, быстроты, внимания |
| 15-1610 | 22.10  10.11 |  | Русские народные игры: «Зайка»,  «Прыгание с перевязанными ногами» | Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. | развитие ловкости, быстроты, внимания ; |
| 17-18 | 12.11  17.11 |  | Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун» | Правила игры. Проведение игры. | развитие ловкости, быстроты |
| 19-20 | 19.11  24.11 |  | Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив». | Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. | развитие ловкости, быстроты, внимания |
| 21-22 | 26.11  1.12 |  | Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей» | Правила игры. Проведение игры. | развитие ловкости, быстроты, внимания |
| 23-24 | 3.12  8.12 |  | Русская народная игра « Удар по веревочке» | Правила игры.  Проведение игры. | развитие быстроты и ловкости |
|  | **Подвижные игры (30 часов)** | | | | |
| 25-26 | 10.12  15.12 |  | Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты» | Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо….». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и проведение игр | Формирование ЗОЖ. Развитие ловкости, быстроты, внимания. |
| 27-28 | 17.12  22.12 |  | Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами | Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками.   Эстафеты с обручами | Развитие ловкости, быстроты, внимания |
| 29-30 | 24.12  12.01 |  | Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты  с баскетбольным мячом. | Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о  физ. Качествах сила , быстрота, ловкость. | Формирование понятий сила , быстрота, ловкость. |
| 31-32 | 14.01  19.01 |  | Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка». | Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. | развитие глазомера и точности движений |
| 33-34 | 21.01  26.01 |  | Весёлые старты со скакалкой. | Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой. | развитие  прыгучести и ловкости; |
| 35-36 | 28.01  2.02 |  | Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде» | Игры с мячом: ловля, бросок, передача. | развитие скоростных качеств |
| 37-38 | 4.02  9.02 |  | Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву», | Проведение игры. Формирование правильной осанки | Укрепление осанки |
| 39-40 | 11.02  16.02 |  | Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам» | Правила игры. Проведение игры. | Развитие скоростных качеств |
| 41-42 | 18.02  25.02 |  | Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель». | Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель. | Развитие глазомера и точности движений |
| 43-44 | 2.03  4.03 |  | Эстафеты с санками и лыжами | Проведение зимних эстафет. | Развитие скоростных качеств |
| 45-46 | 9.03  11.03 |  | Игры  на лыжах  «Биатлон» | Правила игры. Проведение игры. | Развитие глазомера и точности движений |
| 47-48 | 16.03  30.03 |  | Игры зимой:«Охота на куропаток» | Игры со скакалкой, мячом. | Развитие выносливости и ловкости |
| 49-50 | 6.04  8.04 |  | Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов» | Построение. Строевые упражнения перемещение. | Развитие силы и ловкости |
| 51-52 | 13.04  15.04 |  | Игра «Салки с мячом». | Правила игры. Проведение игры. | Развитие быстроты, внимания |
| 53-54 | 20.04  22.04 |  | Игра «Прыгай через ров» | Совершенствование координации движений. | Развитие координации движений |
|  | **Спортивные игры  - 3 часа** | | | | |
| 55 | 27.04 |  | Футбол | Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. | Развитие скоростных качеств |
| 56 | 29.04 |  | Футбол. | Игровые правила. Отработка игровых приёмов. | Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |
| 57 | 4.05 |  | Футбол | Проведение игры. | Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |
|  | **Спортивные праздники – 13 часов** | | | | |
| 58- 59 | 6.05  11.05 |  | Спортивный праздник. | Игры, эстафеты, Весёлые минутки. | Развитие силы и ловкости |
| 60-62 | 13.05  18.05 |  | Олимпийские игры | Эстафеты с предметами | Развитие силы и ловкости |
| 63-65 | 20.05  25.05 |  | Большие гонки | Эстафеты с предметами и без | развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |
| 66 | 27.05 |  | Спортивный праздник  «Фестиваль подвижных игр» | Эстафеты с надувными шарами | развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты |
| **Всего- 66 часов** | | | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **СОГЛАСОВАНО**  Протокол заседания методического совета  от 23.08. 2021 года № 1  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.И.Кардакова  подпись руководителя МС Ф.И.О. |  | **СОГЛАСОВАНО**  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.И.Кардакова  подпись Ф.И.О.  23 августа 2021 года |