

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Школа № 20 имени Кирилла и Мефодия»

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете

Протокол №1

от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МАОУ «Школа №20

имени Кирилла и Мефодия»

от «30» августа 2024 г. № 133

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

для обучающихся 2 класса

Автор: Сергеева Е. А.

**Великий Новгород
2024**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 2 класса составлена в соответствии с обновленным Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования.

Цель данной программы – укрепление здоровья детей.

Основные задачи:

повысить уровень двигательной активности;

способствовать физическому, психическому развитию детей;

развивать активность и творчество учащихся, любознательность, честность;

вызвать интерес к занятию «Подвижные игры», позволить детям ощутить красоту и радость движений;

в условиях развития двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю)

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

Игры-поиски. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

Игры с быстрым нахождением своего места. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

Гражданско-патриотическое воспитание:

становление ценностного отношения к своей Родине — России, малой родине, проявление интереса к изучению родного языка, истории и культуре Российской Федерации, понимание естественной связи прошлого и настоящего в культуре общества;

осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности, сопричастности к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края, проявление уважения к традициям и культуре своего и других народов в процессе восприятия и анализа произведений выдающихся представителей русской литературы и творчества народов России;

первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Духовно-нравственное воспитание:

освоение опыта человеческих взаимоотношений, признаки индивидуальности каждого человека, проявление сопереживания, уважения, любви, доброжелательности и других моральных качеств к родным, близким и чужим людям, независимо от их национальности, социального статуса, вероисповедания; осознание этических понятий, оценка поведения и поступков персонажей художественных произведений в ситуации нравственного выбора; выражение своего видения мира, индивидуальной позиции посредством накопления и систематизации литературных впечатлений, разнообразных по эмоциональной окраске; неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям

Эстетическое воспитание:

проявление уважительного отношения и интереса к художественной культуре, к различным видам искусства, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, готовность выражать своё отношение в разных видах художественной деятельности; приобретение эстетического опыта слушания, чтения и эмоционально-эстетической оценки произведений фольклора и художественной литературы; понимание образного языка художественных произведений, выразительных средств, создающих художественный образ.

Физическое воспитание, формирование культуры здоровья эмоционального благополучия: соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной); бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Трудовое воспитание:

осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

Экологическое воспитание:

бережное отношение к природе, осознание проблем взаимоотношений человека и животных, отражённых в литературных произведениях; неприятие действий, приносящих ей вред.

Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на первоначальные представления о научной картине мира, понимание важности слова как средства создания словесно-художественного образа, способа выражения мыслей, чувств, идей автора;

овладение смысловым чтением для решения различного уровня учебных и жизненных задач;

потребность в самостоятельной читательской деятельности, саморазвитии средствами литературы, развитие познавательного интереса, активности, инициативности, любознательности и самостоятельности в познании произведений фольклора и художественной литературы, творчества писателей.

общее представление о мире как многоязычном и поликультурном сообществе; осознание себя гражданином своей страны;

осознание языка, в том числе иностранного, как основного средства общения между людьми;

знакомство с миром, разговорным языком зарубежных сверстников с использованием грамматических правил изучаемого языка.

Метапредметные результаты

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:

планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;

умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

Предметные результаты

отражают сформированность у обучающихся определённых умений. Знания о физической культуре: различать основные предметные области физической культуры (гимнастика, игры, туризм, спорт); формулировать правила составления распорядка дня с использованием знаний принципов личной гигиены, требований к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями в зале и на улице; иметь представление о здоровом образе жизни, о важности ведения активного образа жизни; знать и формулировать основные правила безопасного поведения в местах занятий физическими упражнениями (в спортивном зале, на спортивной площадке, в бассейне);

знать и формулировать простейшие правила закаливания и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, уметь применять их в повседневной жизни; понимать и раскрывать значение регулярного выполнения гимнастических упражнений для гармоничного развития; знать и описывать формы наблюдения за динамикой развития гибкости и координационных способностей; знать основные виды разминки.

Способы физкультурной деятельности: Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями:

выбирать гимнастические упражнения для формирования стопы, осанки в

положении стоя, сидя и при ходьбе; упражнения для развития гибкости и координации;

составлять и выполнять индивидуальный распорядок дня с включением утренней гимнастики, физкультминуток, выполнения упражнений гимнастики; измерять и демонстрировать в записи индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их значения с рекомендуемыми для гармоничного развития значениями. Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения: участвовать в спортивных эстафетах, развивающих подвижных играх, в том числе ролевых, с заданиями на выполнение движений под музыку и с использованием танцевальных шагов; выполнять игровые задания для знакомства с видами спорта, плаванием, основами туристической деятельности; общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; выполнять команды и строевые упражнения.

Физическое совершенствование: Физкультурно-оздоровительная деятельность: осваивать технику выполнения гимнастических упражнений для формирования опорно-двигательного аппарата, включая гимнастический шаг, мягкий бег; упражнения основной гимнастики на развитие физических качеств (гибкость, координация), эффективность развития которых приходится на возрастной период начальной школы, и развития силы, основанной на удержании собственного веса; осваивать гимнастические упражнения на развитие моторики, координационно-скоростных способностей, в том числе с использованием гимнастических предметов (скакалка, мяч); осваивать гимнастические упражнения, направленные на развитие жизненно важных навыков и умений (группировка, кувырки; повороты в обе стороны; равновесие на каждой ноге попеременно; прыжки толчком с двух ног вперёд, назад, с поворотом в обе стороны; осваивать способы игровой деятельности.

Формы организации внеурочной деятельности.	Виды и направления внеурочной деятельности.
<ul style="list-style-type: none">• экскурсия• кружок• соревнование• конкурс• олимпиада• фестиваль• проект• общественно-полезная практика• студия• конференция• турнир	<ul style="list-style-type: none">• игровая деятельность;• познавательная деятельность;• проблемно-ценностное общение;• досугово-развлекательная деятельность (досуговое общение);• социальное творчество (социально значимая волонтерская деятельность);• трудовая (производственная) деятельность;• спортивно-оздоровительная деятельность;• туристско-краеведческая деятельность.• общественно полезная деятельность;• проектная деятельность.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема, раздел курса, примерное кол-во часов	Предметное содержание	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся
1	Мир движений.	Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Быстрые шеренги», «Салки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
2	Красивая осанка.	Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
3	Учись быстроте и ловкости.	упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
4	Сила нужна каждому.	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Пустое место», «Рыбы и рыбаки».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
5	Ловкий. Гибкий.	Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
6	Весёлая скакалка.	Подвижные игры: «Коты и мыши». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
7	Сила нужна каждому.	Разучивание игры «Два мороза». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
8	Развитие быстроты.	Разучивание игры «Конники-спортсмены». Эстафета	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых

		прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
9	Кто быстрее?	Разучивание игры «Мышеловка». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
10	Скакалочка-выручалочка.	Разучивание игры «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
11	Ловкая и коварная гимнастическая палка.	Разучивание игры «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
12	Команда быстроногих «Гуси – лебеди».	Разучивание игры «Волк во рву». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
13	Выбираем бег.	Комбинированная эстафета. Подвижная игра: «Наперегонки парами». Самостоятельные игры.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
14	Метко в цель	Комбинированная эстафета. Подвижная игра: «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
15	Путешествие по островам.	Разучивание игры «Лягушки-цапли». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
16	Развиваем точность движений.	Подвижные игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
17	Горка зовёт.	Разучивание игры «Кенгурбол». Эстафета с	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-

		прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	силовых способностей.
18	Зимнее солнышко.	Разучивание игры «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
19	Зимнее солнышко.	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игры «Не намочи ног».	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
20	Штурм высоты.	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игры «Перетягивание каната»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
21	Снежные фигуры.	Разучивание игры «Береги предмет»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
22	Закрепление. Игры на свежем воздухе.	Разучивание игры «Кто первый через обруч к флажку?»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
23	Мы строим крепость	Разучивание игры «Пчёлки». Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
24	Мы строим крепость	Разучивание игры «Пролезай-убегай». Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
25	Игры на снегу	«Пятнашки» «Кот и мыши». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
26	Удивительная пальчиковая гимнастика.	«С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
27	Развитие скоростных качеств.	«Кто дольше не собьётся». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
28	Развитие выносливости.	«Удочка». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
29	Развитие реакции.	Разучивание игры «Покати-догони». Весёлые старты.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель
30	Быстрее, выше, сильнее.	Сдача нормативов	
31	Прыжок за прыжком.	Разучивание игры «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в

			движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель
32	Мир движений и здоровья.	Весёлые старты.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
33	Мир движений и здоровья.	Весёлые старты.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
34.	Мир спорта!	Эстафета, соревнование.	