

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Верхнекужебарская средняя общеобразовательная школа им. В. П. Астафьева».



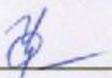
Утверждаю:
Директор школы:

Н.Л. Брезгина.

«1» сентября 2022г

Рабочая программа
Внеурочной деятельности
учителя физической культуры В.В. Селина.
Подвижные игры
2 класс

Согласовано:
Зам. Директора по учебной работе

 О.В. Чичковская

«29» Августа 2022г.

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Минобрнауки РФ № 373 от 6 октября 2009г.), с учетом (ООП НОО, программа формирования УУД и УМК) учебного плана МБОУ Верхнекужебарская СОШ на 2022-2023 учебный год.

Программа определяет цели, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на ступени общего начального образования.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Цель курса: формирование у учащихся основ здорового образа жизни, укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Выполнение данной цели связано с решением следующих задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования 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 элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических(координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- 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 двигательной деятельности;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления и предрасположенности к тем или иным видам спорта.

Общая характеристика учебного курса.

Данная программа характеризуется направленностью:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса, регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения;
- на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
- на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Место учебного предмета

Данная рабочая программа составлена с учетом учебного плана МБОУ Верхнекужебарская СОШ на 2022-2023 учебный год и предназначена для изучения курса. Во 2 классе 34 часа из расчета – 1 учебный час в неделю (т.к. учебный год составляет 34 недели). Продолжительность одного занятия 45 минут

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Личностные результаты

- * формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- * формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

- * формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- * овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- * принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- * развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- * формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- * развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- * развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- * формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
 - 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;
- * использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- * активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- * 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 начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

*овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

*умение работать в материальной и информационной среде начального общего (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

Предметные результаты:

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социологии;
- Овладение умениями организовывать 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 (рост, масса тела и др.), показателям развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости.)

Распределение учебных часов по разделам программы

№ п/п	Вид программного материала	Кол-во часов
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе занятий
2	Подвижные игры с элементами баскетбола	14
3	Подвижные игры с элементами пионербол	14
4	Подвижные игры	6
	Итого	34

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и

двигательных действий из основных видов спорта, а так же общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов учащегося (воспитание, внимание, память, мышление, воображение и др.) воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнёров и соперников.

Содержание учебного курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Для решения поставленных задач программа предусматривает оптимальное использование комплекса активных методов обучения: игровой, соревновательный, практический (методы строго регламентированного упражнения и частично регламентированного упражнения), проблемный, опережающего обучения. Средства двигательной направленности (различные варианты и комбинации физических, гимнастических упражнений; подвижные игры, эстафеты).

На материале спортивных игр: *баскетбол*: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры.

<p>Спортивно-оздоровительная деятельность. Физическое совершенствование На материале спортивных игр: баскетбол</p>	<p>Передвижения в стойке баскетболиста без мяча.</p> <p>Ловля и передача мяча на месте и в движении.</p> <p>Ведение мяча. Ведение правой левой рукой.</p>	<p>14</p>	<p>Выполняет передвижения приставным шагом правым, левым боком в основной стойке, спиной вперед; бег</p> <p>Выполняет передачи мяча двумя руками снизу и от груди стоя на месте <i>и в движении</i></p> <p>Выполняет ведение мяча правой, левой рукой в движении и на месте.</p>	<p>Соблюдать дисциплину и технику безопасности.</p> <p>Сотрудничать с учителем и со сверстниками.</p> <p>Демонстрировать стандартное задание по заданному образцу. Выполнять по аналогии.</p> <p>Принимать инструкцию педагога и четко следовать ей.</p> <p>Задавать вопросы, контролировать действие партнера.</p> <p>Давать адекватную позитивную самооценку.</p> <p>Выявлять характерные ошибки и вносить изменения в выполнении техники.</p> <p>Находить и выделять ошибки при взаимообучении.</p>
	<p>Подвижные игры на материале баскетбола</p> <p>Эстафеты с предметами и без предмета, игры с ведением мяча; «Салки с мячом»; «Бросай -поймай», «Выстрел в небо» ; игры с бегом; игры с прыжками; игры на координацию, быстроту.</p>		<p>Применяет разученные элементы баскетбола в подвижной игре: передвижения, ловля мяча, броски мяча, ведение мяча.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p>	<p>Осваивать универсальное умение управления эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Сотрудничать с учителем и со сверстниками. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности</p>

Раздел курса	Содержание учебного курса	Кол-во	Планируемые результаты
--------------	---------------------------	--------	------------------------

			Предметные умения	УУД
--	--	--	-------------------	-----

<p>Спортивно-оздоровительная деятельность. Подвижные игры на основе пионербола</p>	<p>Закрепление элементов техники перемещений в пионербольной стойке, остановки, ускорения. Совершенствование игры «Мяч через сетку» с элементами пионербола. Совершенствование комбинаций из основных элементов передвижений: остановок, поворотов, передач мяча сверху двумя руками, передача мяча над собой, через сетку. ОРУ. Игра «Пионербол».</p>	<p>14</p>	<p>Уметь: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, броски в процессе подвижных игр; передача мяча сверху двумя руками; играть в мини- пионербол.</p>	<p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения Познавательные: Совершенствовать игра «Мяч через сетку» с элементами пионербола.</p>
--	--	-----------	--	---

Спортивно-оздоровительная деятельность. Подвижные игры

Раздел курса	Содержание учебного курса	Кол-во часов	Планируемые результаты	
			Предметные умения	УУД
<p>Спортивно-оздоровительная деятельность. Физическое совершенствование Подвижные игры</p>	<p>Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. «Прыгуны и пятнашки», «Невод», «Метко в цель». «Зайцы в огороде», «Точный расчет». «Мяч среднему», «Лисы и куры», «День и ночь», «Салки с выручалками»; «Пустое место», «Пятнашки»</p>	<p>6</p>	<p>Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.</p>	<p>Регулятивные: самостоятельно формировать познавательные цели. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижные игры «Два мороза» и «К своим флажкам».</p>

Тематическое планирование

2 класс

№/ П	Дата проведения		Тема урока	Кол -во час ов	Элементы содержания	Комплекс
	По плану	Факт				
Подвижные игры на основе баскетбола (10ч)						
1			ОРУ. Ловля и передача мяча. Эстафеты.	1	Ловля и передача мяча. Ведение на месте правой и левой рукой. ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Попади в обруч». Эстафеты. Развитие координационных способностей.	Комплекс 1
2			Ловля и передача мяча. Подвижные игры	1	Ловля и передача мяча. ОРУ. Игры ««Прыгуны и пятнашки», Передал-садись». Развитие координационных способностей.	Комплекс 1
3			Ведение мяча на месте. Эстафеты.	1	Ловля и передача мяча. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит). ОРУ. Игра «Передал-садись». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
4			Ведение мяча на месте. Эстафеты.	1	Ведение на месте. Броски в цель (мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей.	Комплекс 1
5			Ведение мяча на месте. Броски в цель (мишень).	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). ОРУ. Игра «Передал - садись». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
6			Ведение на месте. Броски в цель (мишень).	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). ОРУ. Игра «Передал - садись». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
7			Ловля и передача мяча. Эстафеты.	1	Ведение на месте. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Мяч - среднему». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
8			Ловля и передача мяча. Эстафеты.	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Мяч - среднему». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
9			Ведение мяча в движение. Эстафеты.	1	Ведение мяча в движение. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Игры «К своим флажкам»,	Комплекс 1
10			Ведение мяча в движение. Эстафеты.	1	Ведение мяча в движение Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Игры «К своим флажкам»,	Комплекс 1
Подвижные игры (6 ч)						
11			ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза».	1	ОРУ. Бег в чередовании с ходьбой. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно – силовых способностей.	Комплекс 1

12			Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты.	1	ОРУ в движении. Бег в чередовании с ходьбой. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно – силовых способностей.	Комплекс 1
13			Игры «Гуси - лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты.	1	ОРУ с мячами. Бег в чередовании с ходьбой. Игры «Гуси - лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно – силовых способностей.	Комплекс 1
14			Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты.	1	ОРУ. Бег в чередовании с ходьбой. Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно – силовых способностей.	Комплекс 1
15			Игры «К своим флажкам», «Два мороза».	1	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно – силовых способностей	Комплекс 1
16			Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты.	1	ОРУ в движении. Бег в чередовании с ходьбой. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно – силовых способностей.	Комплекс 1
Подвижные игры на основе баскетбола (4ч)						
17			ОРУ. Ловля и передача мяча. Эстафеты	1	Ловля и передача мяча. Ведение на месте правой и левой рукой. ОРУ. Игра «Попади в обруч». Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Развитие координационных способностей.	Комплекс 1
18			Ведение на месте правой и левой рукой.	1	Ловля и передача мяча. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Броски в цель (кольцо, щит). ОРУ. Игра «Передал-садись». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
19			Ведение мяча в движение. Эстафеты	1	Ведение мяча в движение. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Игры «Гуси - лебеди», «Посадка картошки».	Комплекс 1
20			Ведение мяча в движение. Подвижные игры	1	Ведение мяча в движение. Ведение на месте. Подвижные игры «День и ночь», «Салки с вырубками»	Комплекс 1
Подвижные игры на основе пионербола (14ч)						
21			Передача мяча в парах. Эстафеты	1	ОРУ. Бег. Передача мяча в парах. Развитие координационных способностей. Подвижные игры «День и ночь», «Салки с вырубками»	Комплекс 1
22			Передача мяча в парах. Подвижные игры	1	ОРУ. Бег. Передача мяча в парах. Развитие координационных способностей. Подвижные игры «Точный расчет». «Мяч среднему»	Комплекс 1
23			Передача мяча в парах. Игра «Снежки».	1	Бег. Передача мяча в парах. Закрепление элементов техники перемещений. ОРУ. Игра «Мяч среднему», «Снежки». Развитие координационных способностей.	Комплекс 1

24		Передача мяча сверху. Подвижные игры	1	Передач мяча сверху двумя руками. ОРУ. Игра «Точный расчет». «Мяч среднему». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
25		Передача мяча сверху. Подвижные игры	1	Передача мяча во встречных колоннах. ОРУ. Игра «Два мороза». «Передал - садись» «Снежки». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
26		Ловля и передача мяча. Подвижные игры	1	Бег. Ловля и передача мяча. ОРУ. Игра «Снежки», «Пустое место», «Пятнашки». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
27		Передача мяча сверху двумя руками.	1	Передач мяча сверху двумя руками. Игра «Снежки» «Пустое место», «Пятнашки». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
28		Передача мяча во встречных колоннах.	1	Передача мяча во встречных колоннах. ОРУ. Игра «Прыгуны и пятнашки», «Передал - садись». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
29		Ловля и передача мяча. Подвижные игры	1	Бег. Ловля и передача мяча. ОРУ. Игра «Прыгуны и пятнашки», «Передал - садись» «Снежки». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
30		Передача мяча сверху двумя руками. Эстафеты	1	Передач мяча сверху двумя руками. ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Комплекс 1
31		Передача мяча сверху двумя руками.	1	Передач мяча сверху двумя руками. ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Комплекс 1
32		Передача мяча. Подвижные игры	1	Передача мяча во встречных колоннах. ОРУ. Игры », «Метко в цель», «Зайцы в огороде», «Передал - садись». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
33		Передача мяча. Подвижные игры	1	Передача мяча во встречных колоннах. Развитие координационных способностей. Игры «Мяч среднему», «Гуси - лебеди», «Посадка картошки».	Комплекс 1
34		Передача мяча. Подвижные игры	1	Передача мяча во встречных колоннах. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод», «Метко в цель».	Комплекс 1
35		Передача мяча сверху. Подвижные игры	1	Передач мяча сверху двумя руками. ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод», «Метко в цель». Развитие координационных способностей	Комплекс 1
36		Передача мяча сверху. Подвижные игры	1	Передач мяча сверху двумя руками. ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод», «Метко в цель». Развитие координационных способностей	Комплекс 1

Список литературы и средств обучения

1. Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура: программа, 1-4 классы/ В.И. Лях 2020 г. учебник «Физическая культура», Р.И. Тарнопольская.
2. Завьялова О.А. Воспитание ценностных основ информационной культуры младших школьников// Начальная школа, 2005. - № 11. – с. 120-126.
3. Пояснительная записка к федеральному базисному учебному плану и примерный учебный план для общеобразовательных учреждений РФ // Физкультура в школе. - 2006. - № 6.
4. Поурочные разработки по физкультуре (2 класс, 4 класс). Игровой подход. В.И. Ковалько.
5. Общеразвивающие и специальные физические упражнения для развития двигательных способностей. Методическое пособие для учителей.