

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РЕСПУБЛИКИ КОМИ
УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ «УСИНСК»
МБОУ "СОШ № 2" г. Усинска

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 31.08.2022г.



УТВЕРЖДЕНО
директором С.В. Сошко
Приказ № 700 от 31.08.2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
для 1 – 2 классов начального общего образования

Составитель: Окулов Николай Сергеевич,
Учитель физической культуры
начальных классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса «Спортивные игры» для обучающихся 1 классов на уровне начального общего образования составлена в соответствии с требованиями к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее — ФГОС НОО) а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в Примерной программе воспитания.

Содержание рабочей программы учебного курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» включает в себя изучение популярных национальных видов спорта, подвижных игр и развлечений, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы; развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Учебный курс внеурочной деятельности «Спортивные игры» позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Программа учебного курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Цель учебного курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» заключается в удовлетворении потребности обучающихся в движении, стабилизации эмоций, обучении владения своим телом, развитии физических, умственных и творческих способностей, а также нравственных качеств.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

МЕСТО ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Общее число часов, отведённых на изучение учебного курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» составляет 17 часов для обучающихся 1-х и 2-х классов, с проведением занятий 1 раз в две недели.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Теоретический раздел (проводится во время учебных занятий):

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

Г Т О – что это такое, цели и задачи физкультурно-спортивного комплекса, виды спортивных испытаний, история ГТО, спортивные нормативы. Режим дня, от утренней гимнастики к Комплексу ГТО. Правила безопасности на тренировках, сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО.

Коми народные игры: «Край мой северный», «Северные игрища», «Зимние забавы», «Быстрый лыжник», «День и ночь».

Подвижные игры: «Мы веселые ребята», «Прыгающие воробушки», «Удочка», «Ловишка с мячом», «Два мороза», «Ветер, мороз и льдинки», «Гуси-гуси», «Белые медведи», «Пустое место», «Мышеловка», «Метко в цель», «Перестрелка», «Совушка»,

«Удочка», «Бездомный заяц», «Сороконожки», «Хвосты», «Караси и щука», «Пустое место», «Гонка мяча», «Ловишка с мячом», «Водяной», «Летучие рыбки», «Веревочка под ногами», «Найди себе пару», «Смена сторон», «Бездомный заяц», «За чужим мячом».

«Сороконожки», «Зигзаги», «Подними предмет», «Звёздочки».

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

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.

Участие в муниципальных соревнованиях и эстафетах (по отдельному плану).

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).

Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО:

- Бег 30м, 60 м.
- Прыжки в длину с места
- Наклон вперед из положения стоя и сидя
- Подтягивание из виса

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» на уровне начального общего образования достигаются в единстве

учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности.

По окончании **первого года обучения** учащиеся научатся:

познавательные УУД:

находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;

устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;

сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;

выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

коммуникативные УУД:

воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;

управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;

обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;

выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;

проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта.

К концу обучения учебного курса обучающийся научится:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на учебных курсах внеурочной деятельности «Спортивные игры», приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
- 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.
- применять двигательный опыт за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	Контрольные работы	
	Раздел 1. Теоретический	Во время проведения учебных занятий		
	Беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться, надо...», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила спортивных и подвижных игр.			
	Г Т О – что это такое, цели и задачи физкультурно-спортивного комплекса, виды спортивных испытаний, история ГТО, спортивные нормативы. Режим дня, от утренней гимнастики к Комплексу ГТО. Правила безопасности на тренировках, сохранение и укрепление здоровья через ВФСК			https://www.gto.ru/

ГТО.				
Раздел 2. Практический		17		
Физкультурно-оздоровительная деятельность				
2.1	Коми народные игры: «Край мой северный», «Северные игрища», «Зимние забавы», «Быстрый лыжник», «День и ночь».	1		https://infourok.ru/komi-nacionalnye-igrы-sbornik-igr-5630717.html
2.2	Подвижные игры: «Мы веселые ребята», «Прыгающие воробушки», «Удочка», «Ловишка с мячом», «Два мороза», «Ветер, мороз и льдинки», «Гуси-гуси», «Белые медведи», «Пустое место», «Мышеловка», «Метко в цель», «Перестрелка», «Совушка», «Удочка», «Бездомный заяц», «Сороконожки», «Хвосты», «Караси и щука», «Пустое место», «Гонка мяча», «Ловишка с мячом», «Водяной», «Летучие рыбки», «Веревочка под ногами», «Найди себе пару», «Смена сторон», «Бездомный заяц», «За чужим мячом», «Сороконожки», «Зигзаги», «Подними предмет», «Звездочки».	1		РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/189806/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/
2.3	Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.	1		https://multiurok.ru/files/igrы-i-estafety-na-urokakh-legkoi-atletiki.html https://urok.1sept.ru/articles/559304
2.4	Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание);	1		РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/
2.5	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);	1		РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/ РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/
2.6	Подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол)	1		РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/
2.7	Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем (санками, лыжами, клюшками).	1		https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2016/09/29/zimnie-

				podvizhnye-igry
2.8	Спортивный праздник: «Фестиваль подвижных игр»	1		
2.9	Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей <i>Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО:</i> - Бег 30м, 60 м. - Прыжки в длину с места - Наклон вперед из положения стоя и сидя - Подтягивание из виса	6	Сдача норм ГТО 1	https://www.gto.ru/
Итого по разделу		17	0	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17	0	

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	Контрольные работы	
Раздел 1. Теоретический		Во время проведения учебных занятий		
	Беседы на темы: « Я сильный, ловкий, быстрый», правила спортивных и подвижных игр.			
	Режим дня, от утренней гимнастики к Комплексу ГТО. Правила безопасности на тренировках, сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО.			https://www.gto.ru/
Раздел 2. Практический		17		
Физкультурно-оздоровительная деятельность				
2.1	Коми народные игры: «Зимние забавы», «Быстрый лыжник», «День и ночь».	1		https://infourok.ru/kominacionalnye-igry-sbornik-igr-5630717.html
2.2	Подвижные игры:	1		РЭШ

	«Ветер, мороз и льдинки», «Гуси-гуси», «Белые медведи», «Пустое место», «Мышеловка», «Метко в цель», «Перестрелка», «Совушка», «Смена сторон», «Бездомный заяц», «За чужим мячом». «Сороконожки», «Зигзаги», «Подними предмет», «Звёздочки».			https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/189806/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/
2.3	Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.	1		https://multiurok.ru/files/igr-y-i-estafety-na-urokakh-legkoi-atletiki.html https://urok.1sept.ru/articles/559304
2.4	Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание);	1		РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/
2.5	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);	1		РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/ РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/
2.6	Подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол)	1		РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/
2.7	Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем (санками, лыжами, клюшками).	1		https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2016/09/29/zimnie-podvizhnye-igry
2.8	Спортивный праздник: «Фестиваль подвижных игр»	1		
2.9	Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей <i>Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО:</i> - Бег 30м, 60 м. - Прыжки в длину с места - Наклон вперед из положения стоя и сидя	7		https://www.gto.ru/

	- Подтягивание из виса			
Итого по разделу		14	0	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		14	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Примечание
		всего		
1.	Коми народные игры: «Край мой северный», «Северные игрища», «День и ночь».	1		
2.	Подвижные игры: «Мы веселые ребята», «Прыгающие воробушки», «Удочка», «Ловишка с мячом», «Два мороза», «Ветер, мороз и льдинки»	1		
3.	Подвижные игры: «Гуси-гуси», «Белые медведи», «Пустое место», «Мышеловка», «Метко в цель», «Перестрелка»	1		
4.	Подвижные игры: «Совушка», «Удочка», «Бездомный заяц», «Сороконожки», «Хвосты», «Караси и щука»,	1		
5.	Подвижные игры: «Пустое место», «Гонка мяча», «Ловишка с мячом», «Водяной», «Летучие рыбки», «Веревочка под ногами»	1		
6.	Подвижные игры: «Найди себе пару», «Смена сторон», «Бездомный заяц», «За чужим мячом», «Сороконожки», «Зигзаги»	1		
7.	Подвижные игры: «Мы веселые ребята», «Прыгающие воробушки», «Удочка», «Мышеловка», «Метко в цель», «Перестрелка». Игры и эстафеты с элементами, спортивных игр	1		
8.	Подвижные игры: «Пустое место», «Гонка мяча», «Ловишка с мячом», «Ловишка с	1		

	мячом», «Два мороза», «Ветер, мороз и льдинки». Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики.			
9.	Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание), на материале гимнастики с основами акробатики	1		
10.	Подвижные игры на материале спортивных игр (футбол)	1		
11.	Подвижные игры на материале спортивных игр (баскетбол)	1		
12.	Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем (санками, лыжами, клюшками).	1		
13.	Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем (санками, лыжами, клюшками).	1		
14.	Спортивный праздник: «Фестиваль подвижных игр»	1		
15.	Бег 30м	1		
16.	Бег 60м.	1		
17.	Прыжки в длину с места Наклон вперед из положения стоя и сидя. Подтягивание из виса	1		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17		

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Примечание
		всего		
1.	Коми народные игры: «Северные игрища», «День и ночь».	1		
2.	Подвижные игры: «Прыгающие воробушки», «Удочка» «Два мороза», «Ветер, мороз и льдинки»	1		
3.	Подвижные игры: «Белые медведи», «Пустое место», «Метко в	1		

	цель», «Перестрелка», «Бездомный заяц»			
4.	Подвижные игры: «Хвосты», «Караси и щука», «Гонка мяча», «Ловушка с мячом», «Веревочка под ногами»	1		
5.	Подвижные игры: «Смена сторон», «Бездомный заяц», «За чужим мячом», «Сороконожки», «Зигзаги»	1		
6.	Подвижные игры: «Подними предмет», «Звёздочки», «Прыгающие воробушки», «Удочка», «Метко в цель», «Перестрелка»	1		
7.	Подвижные игры: «Гонка мяча», «Ловишка с мячом», «Два мороза», «Ветер, мороз и льдинки»	1		
8.	Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики и эстафеты с элементами, спортивных игр	1		
9.	Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание)	1		
10.	Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики	1		
11.	Подвижные игры на материале спортивных игр (футбол)	1		
12.	Подвижные игры на материале спортивных игр (баскетбол)	1		
13.	Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем (санками, лыжами, клюшками).	1		
14.	Спортивный праздник: «Фестиваль подвижных игр»	1		
15.	Бег 30м. Бег 60м.	1		
16.	Прыжки в длину с места	1		
17.	Наклон вперед из положения стоя и сидя. Подтягивание из виса	1		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 класс/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО, В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкая, Москва, «Просвещение», 2016 г.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Физкультурный спортивный комплекс ГТО (www.gto.ru)

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

В ходе курса внеурочной деятельности используются:

- Мячи волейбольные
- Мячи футбольные
- Гимнастические палки
- Скакалки
- Конусы
- Обручи
- Лыжи

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ, ДЕМОНСТРАЦИЙ