Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №9»

МБОУ «СОШ № 9»

Рабочая программа

курса «Подвижные игры»

*Внеурочная деятельность (ФГОС)*

*во 2 классе*

*на 2019 – 2020 учебный год*

*(1 час в неделю, всего 34 урока)*

*Епишкина Ирина Викторовна, учитель физической*

*культуры МБОУ «СОШ № 9»*

*.*

п.Октябрьский

2019г.

**Пояснительная записка**

 Современная школа стоит на пороге разработки апробации и внедрения федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения (ФГОС). На основе П**риказа Минобрнауки РФ от 26.11.2010г. №1241 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования»,** зарегистрированного в Минюсте РФ 4 февраля 2011г. №19707 внесены изменения в ФГОС НОО (Приказ МОиНРФ от 06.10.2009 г.

№ 373). Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В проекте образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

 Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности  «Подвижные игры» разработана на основе:

 Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373);

 примерной образовательной программы образовательного учреждения, начальное общее образование, 2012 г., для ОУ, реализующих ФГОС;

 рабочей программы «Физическая культура 1-4 классы» ФГОС НОО , автор В.И.Лях, Москва «Просвещение» 2014г.

 учебного плана Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения – Средней общеобразовательной школы № 9 посёлка Октябрьский Тбилисского района для 1-4 классов, реализующих ФГОС, на 2019/20 учебный год

 Программа « Подвижные игры» определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования.

 При проведении занятий можно выделить два **направления:**

 ***оздоровительная направленность*,** обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;

 ***повышение двигательной подготовленности учащихся*,** отвечающей требованиям учебной программы.

**целью** является:

 сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры

 -содействие всестороннему развитию личности,

 приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями

**Задачи** направлены на:

 - сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;

 - выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и подвижных играх;

 - учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха,

 -повышения работоспособности и укрепления здоровья;

 -развивать умения ориентироваться в пространстве;

 - развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;

 -создавать условия для проявления чувства коллективизма;

 - развивать активность и самостоятельность;

 -обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

 -формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;

 -обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;

 -воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;

 -расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

**2. Общая характеристика программы.**

 Программа секции «Подвижные игры» ориентирована на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духов­ное совершенствование личности, формирование у учащихся по­требностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, фор­мирование гуманистических отношений, приобретение опыта об­щения.

 Во время занятий школьников обучают способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.

 Подвижные игры оказывают благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей.

 Принципиальное значение придается обучению младших школьников навыкам и умениям организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

 В процессе использования учащимися приобретенных знаний, двигательных умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня.

**3. Место программы в учебном плане**

 Программа     соответствует   федеральному   компоненту   государственного образовательного стандарта второго поколения и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 2 класса.

 Программа рассчитана  на детей младшего школьного возраста и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками.

 *Режим занятий*: занятия по данной программе проводятся в форме урока,

1 час в неделю, всего 34 часа.

 *Место проведения*: спортивный зал школы, спортивная площадка.

 *Особенности набора детей* – учащиеся 2 класса с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

**Описание места в плане внеурочной деятельности**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Направление внеурочной деятельности | Формы работы | Класс | Колич. часов в неделю |
| Спортивно-оздоровительное | Подвижные игры | 2 | 1 |

 4. **Описание ценностных ориентиров содержания программы.**

 **Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

 **Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

 **Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

 **Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

 **Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

 **Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность

культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

 **Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

 **Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

 **Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

 **Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

 **Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

 **Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

**5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.**

 Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

 -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

 -проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

 -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

 -оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

 Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

 -характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

 -находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

 -общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

 -обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игр;

 -организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

 -анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

 -видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

 -оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

 -управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

 -технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

 Предметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

 -планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня,

 -организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

 -оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

 -организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

 -бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

 -взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

 -в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

 -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.

**6. Содержание программы**

 Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры. В основу планирования положены знания, базирующиеся на научных экспериментах, выполненных в различных отраслях науки, таких как педагогика, физиология, психология, спортивная медицина, опыт ряда педагогов по физической культуре, работающих по ФГОС, а так же мой практический опыт.

 Каждый раздел состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседу с учащимися, показ изучаемых элементов легкой атлетики, гимнастики и подвижных игр.

 В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий. Изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия.

 Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями.

 Двигательный опыт учащихся обогащается подвижными играми.

 Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

 Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

 Игра как средство воспитания.

 Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

 Игра в жизни ребёнка.

 Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью. с свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс

 Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

 Оздоровительное значение подвижных игр.

 Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела

 «Подвижные игры» — это **еженедельные занятия физическими** **упражнениями** на открытом воздухе, которые проводятся внеурочное время. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности школьников.

 Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность.

 По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

 В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

.

**7.Тематическое планирование**

*Подвижные игры с элементами легкой атлетики, гимнастики, акробатики, спортивных игр(34ч.)*

 Подвижные игры на материале легкой атлетики -17час.;

 - игры на развитие скоростных способностей: «Гуси-лебеди», «Два мороза», «Пятнашки», «Вызов номеров», «Смена сторон»

 игры на совершенствование и закрепление навыков бега: «К своим флажкам», «Космонавты»

 игры на развитие совершенствование навыков прыжков: «Прыгающие воробушки»,

 «Удочка»

 игры на развитие, совершенствование навыков метания: «Метко в цель», «Метатели», «Кто дальше?

 Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики - 7 час.

 Это простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании,  в равновесии, несложные акробатические упражнения

 - игры на совершенствование и закрепления навыков строя: «Класс, смирно!», «Становись! Разойдись!»

 игры на совершенствование навыков висов: «Воробушки», «Выше ноги от земли»

 игры на совершенствование и закрепление навыков лазанья и перелазанья:

« Восхождение», «Через стопку матов»

 игры на совершенствование и закрепление навыков равновесия: «Канатоходец», «Хитрая лиса», « Донеси мешочек»

Игры на совершенствование и закрепление навыков акробатики: «Пограничники», «Колобок», «Тоннель»

Подвижные игры на материале спортивных игр

(футбол, баскетбол, волейбол) – 10час.

 игры на овладение и совершенствование навыков ловли и передачи баскетбольного мяча: «Играй, играй, мяч не теряй», «Школа мяча», «Гонка мячей по кругу»

 игры на закрепление держания, ловли, передачи баскетбольного мяча: «Мяч водящему», «Передал- садись!»

 игры на совершенствование элементов ведения мяча: « Обведи соперника».

 игры на овладение навыков броска баскетбольного мяча: «Метко в цель», «Попади в обруч», «Мяч в корзину».

 игры на совершенствование навыков ловли и передачи волейбольного мяча: «Гонка мячей», «Охотники и утки», « Перестрелка», « Пионербол»

 игры на овладение навыков перемещения с мячом, передачи мяча ногой:

« Мяч в ворота», « Подвижная цель», «Мини-футбол»

**Требования к знаниям, умениям, навыкам во 2 классе:**

**Иметь представление** о двигательном режиме школьника

***Ожидаемый результат:***

- выработана потребность к систематическим занятиям физическим упражнениям и подвижным играм;

- сформировано начальное представление о культуре движении;

- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

-обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;

- умение работать в коллективе.

**Знать :**

 -причины нарушения осанки, появления нарушения зрения, плоскостопия;

 -правила и уметь организовать подвижные игры (3-4);

 -не менее двух комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

**Уметь:**

 -оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать её;

 -выполнять правила игры.

**Демонстрировать** позитивное отношение к участникам игры.

**Список литературы**

1. Рабочая программа «Физическая культура 1-4 классы» ФГОС НОО , автор В.И.Лях, Москва «Просвещение» 2014г.
2. ФГОС «Олимпийские старты 1-11 классы » -пособие для внеурочной и спортивно-оздоровительной деятельности, авторы Е.П.Колганова, Л.А.Соколова, Л.Д. Ласкина, Н.В.Николаева , Волгоград «Учитель» 2013г.

 СОГЛАСОВАНО СОГЛАСОВАНО

 Протокол заседания Заместитель директора по УВР

 методического объединения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.В. Некрылова

 от 28 августа 2019 г. № 1 29 августа 2019г.