

Пояснительная записка к программе курса «Подвижные игры»

Рабочая программа внеурочной деятельности (курс «Подвижные игры») разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Место курса в плане

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» во 2 классе рассчитана на 34 учебных часов. (1 час в неделю, 34 учебных недели).

Планируемые результаты.

- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.

Личностные результаты

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметные результаты

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:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

Содержание программы.

2класс

Игры с бегом (5часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробы»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»
Игра «Пустое место».
- Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробы-попрыгунчики».

Игры с прыжками (5 часов)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при с играх мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

Игры малой подвижности (5 часов)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра « Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

Зимние забавы (4 часов)

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

Эстафеты (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет
Способы деления на команды. Считалки

Практические занятия:

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

Народные игры (10 часов)

Теория. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр.
Игровая терминология.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

Учебно – тематический план

2 класс

№	Тема	Количество часов
1.	Игры с бегом	5 ч.
2.	Игры с мячом.	5ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5 ч.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5ч.
5.	Зимние забавы.	4 ч.
6.	Эстафеты.	5 ч.
7.	Народные игры	5 ч.
Итого:		34ч.

Календарно-тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Дата		Тема занятия
	Проведен.	Корректир.	
1			Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега
2			Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»
3			Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
4			Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»
5			Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».
6			Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой
7			Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».
8			Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
9			Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
10			Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»
11			Правила безопасного поведения при играх мячом.
12			Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».
13			Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»
14			Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
15			Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».
16			Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.
17			Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
18			Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
19			Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
20			Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место».

			Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»
21			Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.
22			Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».
23			Игра «Санные поезда».
24			Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных»
25			Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки
26			Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
27			Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
28			Эстафеты «Чемпионы скачки», «Вьюны».
29			Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».
30			История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.
31			Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
32			Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
33			Разучивание народных игр. Игра «Котел»
34			Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".