

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА КОРОЛЁВ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
" СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 20 "**

Россия, Московская область, город Королёв, проспект Космонавтов, дом 5а

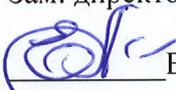
тел./ факс (495) 512-54-50



РАССМОТРЕНО

На заседании ШМО учителей
Протокол № 1
от 31 августа 2021 г.
Руководитель ШМО
 М.С. Дадобоева

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР
 Е.И. Амосова
31 августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 20
 Г.В. Осьмакова
Приказ № 211/1
От 31 августа 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности**

Подвижные игры

2 класс

Составитель:
Романова В.Ю.
учитель первой категории

2021 г.

1. Пояснительная записка

Программа курса «Подвижные игры» составлена для обучающихся 2-х классов и направлена на сохранение и укрепление здоровья, формирование ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Программа разработана в соответствии с методическими документами:

- ООП НОО МБОУ СОШ № 20
- Положению о рабочей программе;
- учебным планом Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №20 г.о. Королёва
- годовым календарным учебным графиком на 2021/2022 учебный год.

В учебном плане во 2 классе отводится на изучение «Подвижные игры» 2 часа в неделю, всего 66 часов (33.5 учебные недели).

Данная программа реализует цели и задачи Основной образовательной программы начального общего образования (ООП НОО) МОУ СОШ №20. Программа «Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Цели программы:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
- охрана и укрепление физического и психического здоровья младших школьников.

Задачи программы:

1. Формирование:

- представлений о факторах, оказывающих влияющих на здоровье;
- правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах;
- рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха;
- двигательной активности;
- причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;
- пропаганда здорового образа жизни;
- формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;
- отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств:
 - а) повышение уровня выносливости (беговые упражнения),
 - б) укрепление основной группы мышц, увеличивая подвижность в суставах, улучшая координацию движений.

2. Обучение:

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

2. Планируемые результаты освоения курса "Подвижные игры"

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- 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;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- 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;
- 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.
- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- 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 занятий физической культурой;

- 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.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- 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.

3. Тематическое планирование

Рабочая программа рассчитана на 66 часов в год, 2 часа в неделю.

Учебный материал распределён по разделам:

№ п/п	Раздел	Количество часов
1.	Основы знаний и умений в различных жизненных ситуациях	В каждом занятии
2.	Строевые упражнения	В каждом занятии
3.	Общеспортивная подготовка	В каждом занятии

4.	Подвижные игры	В каждом занятии
----	----------------	------------------

4. Содержание учебного курса

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

5. Календарно - тематическое планирование.

№ урока	Тема	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата
--------------------	-------------	-------------------------	-----------------------------	-----------------------------

1-2	Вводное занятие: инструкция по ТБ. «Гуси лебеди»	2	01.09.21 – 03.09.21	
3-4	Эстафета. «Салки»	2	06.09. – 10.09	
5-6	Прыжки в скакалку. «Догони меня»	2	13.09. – 17.09	
7-8	Преодоление малых препятствий. «Вызов номеров»	2	20.09. – 24.09	
9-10	Эстафета по кругу. «День и ночь»	2	27.09. – 01.10	
11-12	Равномерный бег. «Волк во рву»	2	11.10. – 15.10	
13-14	Развитие выносливости. «Горелки»	2	18.10. – 22.10	
15-16	«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».	2	25.10. – 29.10	15.11. – 19.11
17-18	«Удочка», «Аисты»	2	08.11. – 12.11	
19-20	«Не намочи ног».	2	22.11. – 26.11	
21-22	«Охотники и утки»	2	29.11. – 03.12	
23-24	«Пчёлки».	2	06.12. – 10.12	
25-26	«Пятнашки», «Кот и мышь».	2	13.12. – 17.12	
27-28	«Вышибалы».	2	20.12. – 24.12	
29-30	«Пустое место»	2	27.12. – 30.12	
31-32	«Совушка»	2	10.01.22 - 14.01.22	
33-34	«Подвижная цель»	2	17.01. – 21.01	
35-36	«Попади в цель».	2	24.01. – 28.01	
37-38	«Два мороза»	2	31.01. – 04.02	
39-40	«Белые медведи»	2	07.02. – 11.02	
41-42	«Охотники и утки»	2	21.02. – 25.02	
43-44	«Казачьи разбойники»	2	28.02. – 04.03	
45-46	«Рыбаки и рыбки»	2	09.03. – 11.03	
47-48	«Бросай – беги »	2	14.03. – 18.03	
49-50	«Сокол и мышь»	2	21.03. – 25.03	
51-52	«Быстрая передача»	2	28.03. – 01.04	
53-54	«Мяч среднему», «Мяч	2	11.04. – 15.04	

	соседу»			
55-56	«Зайцы в огороде».	2	18.04. – 22.04	
57-58	«Подвижная цель».	2	25.04. – 29.04	
59-60	«Зайцы, сторож и Жучка»	2	04.05. – 06.05	
61-62	«Снайперы».	2	11.05. – 13.05	
63-64	«Играй, мяч не теряй»	2	16.05. – 20.05	
65-66	«Запрещённое движение». Итоговое занятие.	2	23.05. – 27.05	