

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

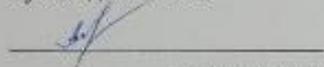
Министерство образования и науки Республики Татарстан

Управление образования исполнительного комитета
Кукморского муниципального района Республики Татарстан

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Гимназия с.
Большой Сардек имени К.Ф. Шакирова"
Кукморского муниципального района Республики Татарстан

РАССМОТРЕНА

Руководитель МО

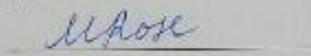


Ахметова Г.З.

Протокол № 1
от «25» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по
УР



Мубаракова Р.Р.

от «26» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор гимназии



Багалиев Р.З.

Приказ № 153/о
от «28» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
спецкурса «Подвижные игры»

для обучающихся 2 классов

Составители: Габдрахманова Г.М.
Зарипова Г.Н.
Ибатуллина З.М.
Фатихова Д.Н.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа специального курса «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования с учетом возрастных и психологических особенностей младшего школьника.

Проблемы сохранения здоровья детей и привития навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня. Необходимо создание условий, направленных на укрепление здоровья и привитие навыков здорового образа жизни, сохранение здоровья физического, духовного. Внедрение курса поможет школьникам научиться адаптировать организм к изменяющимся условиям жизни.

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

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. 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.

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. Подвижные игры 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.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ СПЕЦКУРСА «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

МЕСТО СПЕЦКУРСА «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В соответствии с учебным планом образовательного учреждения программа специального курса «Подвижные игры» изучается во 2 классе 34 учебных часа (1 час в неделю; 34 учебные недели).

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Игры с бегом

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».
- Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

Игры с мячом

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».
- Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

Игра с прыжками

Теория. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробьишки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».
- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

Игры малой подвижности

Теория. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

Зимние забавы

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

Практические занятия:

- Игра «Скатывание шаров».
- Игра «Гонки снежных комов».
- Игра «Клуб ледяных инженеров».
- Игра «Мяч из круга».
- Игра «Гонка с шайбами».

- Игра «Черепахи».

Эстафеты

Теория. Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

Практические занятия:

- Беговая эстафеты.
- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
- Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

Народные игры

Теория. Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба»
- Разучивание народных игр. Игра «Чижик»
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»
- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ СПЕЦКУРСА

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;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

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).

Ожидаемые результаты.

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.

- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;
- Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей, сохранение зачётной системы оценивания знаний, проведение конкурсов, соревнований).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрль ные работы	Практи ческие работы	
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	6		5	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2014/10/24/esli-khochesh-byt-zdorov
2	Игры с мячом.	5		4	https://www.youtube.com/watch?v=0EnfalAfs_g
3	Игра с прыжками (скакалки).	5		4	https://www.youtube.com/watch?v=YhdDIRn7xRU
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5		4	
5	Зимние забавы.	4		3	https://www.youtube.com/watch?v=0EnfalAfs_g
6	Эстафеты.	4		3	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2014/10/24/esli-khochesh-byt-zdorov
7	Народные игры	4		3	
8	Зачет	1	1		
Итого		34	1	26	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

/п	Тема урока	Всего	Конт рольн ые работ ы	Практи ческие работы	Дата изучения	Электронные цифровые образовательны е ресурсы
1	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	1			01.09.2023	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2014/10/24/esli-khochesh-byt-zdorov
2	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1			08.09.2023	https://multiurok.ru/files/bukliet-zdorovyi-obraz-zhizni-vyighryvaet-kazhdyi.html
3	Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».	1		1	15.09.2023	
4	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».	1		1	22.09.2023	
5	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1		1	29.09.2023	https://rutube.ru/video/b5f2ad5601a3dd1ebdcaa0b633d81988/
6	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1		1	06.10.2023	
7	История возникновения игр с мячом.	1		1	13.10.2023	https://infourok.ru/utrennyaya-gigienicheskaya-zaryadka-profilaktika-zdorovogo-obrazazhizni-5273120.html
8	Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».	1		1	20.10.2023	https://infourok.ru/utrennyaya-gigienicheskaya-zaryadka-profilaktika-zdorovogo-obrazazhizni-5273120.html

						zhizni-5273120.html
9	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».	1		1	27.10.2023	
10	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	1		1	10.11.2023	
11	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».	1		1	17.11.2023	https://www.youtube.com/watch?v=0EnfalAfs_g
12	Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.	1		1	24.11.2023	
13	Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».	1		1	01.12.2023	https://multiurok.ru/files/fizminutka-dykhatelnaia-gimnastika.html
14	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».	1		1	08.12.2023	
15	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».	1			15.12.2023	https://multiurok.ru/files/priezientatsiia-na-tiemu-ukhod-za-zubami.html
16	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	1		1	22.12.2023	
17	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.	1		1	29.12.2023	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2014/03/23/prezentatsiya-razgovor-o-pravilnom-pitanii
18	Комплекс специальных упражнений «Ровная	1		1	12.01.2024	<a 525="" 542="" 921="" 938"="" data-label="Page-Footer" href="https://nsportal.ru/nachalnaya-</td> </tr> </table> </div> <div data-bbox=">8

	спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».					shkola/materialy-dlya-roditelei/2019/01/16/igrovye-dvigatelnye-uprazhneniya-s-bumazhnym
19	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».	1		1	19.01.2024	
20	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».	1			26.01.2024	https://www.youtube.com/watch?v=IK0LuiJC1o
21	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршрутовка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1		1	02.02.2024	
22	Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.	1		1	09.02.2024	https://multiurok.ru/files/son-luchsheelekarstvo.html
23	Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов».	1			16.02.2024	https://doshkolka.ru/bakovfond.ru/page1919833.html
24	Игра «Клуб ледяных инженеров». Игра «Мяч из круга».	1		1	01.03.2024	https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-po-teme-vrednye-privychki.html
25	Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черпахи».	1		1	15.03.2024	
26	Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.	1			22.03.2024	https://www.yandex.ru/video/preview/6258896797290919888
27	Беговая эстафеты.	1		1	05.04.2024	
28	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1		1	12.04.2024	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/10/18/prezentatsiya-zakalivanie
29	Эстафеты на развитие статистического и динамического	1		1	19.04.2024	https://multiurok.ru/files/kompleksy-obshchierazvivaius

	равновесия					hchikh-uprazhnenii-s-priedmetami.html
30	Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.	1		1	26.04.2024	https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2021/05/06/prezentatsiya-takie-raznye-emotsii
31	Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан - ба»	1		1	03.05.2024	
32	Разучивание народных игр. Игра «Чижик»	1			10.05.2024	https://www.youtube.com/watch?v=YhdDIRn7xRU
33	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»	1		1	17.05.2024	
34	Зачет	1	1		24.05.2024	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	26		

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Лях В. И. Физическая культура. Методические рекомендации. 1—4 классы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — 4-е изд. — М. : Просвещение, 2021. — 175 с. — (Школа России). — ISBN 978-5-09-079238-7.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://myschool.edu.ru/>

<https://resh.edu.ru/>

<https://education.yandex.ru/main>