

Рассмотрено
Руководитель ШМО
 Хабибуллина Е.В.
Протокол №1
от «29» 08.2025г.

Согласовано
Заместитель директора школы по УР
 Каримуллина З.Х
Протокол №1
от « 29 » 08.2025г.

Утверждено
Директор школы
 Спиридонова Л.В.
№150-ОД
от « 29 » 08.2025г.



Рабочая программа

по учебному курсу
по физической культуре
«Спортивные игры»
для обучающихся 2 класса
учителя МБОУ «Масловская СОШ»
Хамидуллиной Л.М.

1. Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего общего образования, федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования в урочной и внеурочной деятельности.

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для обучающихся 2 класса разработана в соответствии с требованиями ФГОС НОО (приказ Минпросвещения РФ от 31.05.2021 г. № 286) к результатам освоения программы начального общего образования на основе:

- учебного плана школы на 2025-2026 уч. год
 - календарного годового учебного графика школы на 2025-2026 уч. год.
- Общее число часов, отведённых на изучение курса «Спортивные игры» в первом классе составляет 34ч.(1 час в неделю).

Цель: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Основными задачами реализации поставленной цели являются:

1. укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
5. развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
6. стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
7. развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
8. воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
9. формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

2. Общая характеристика курса

Актуальность программы

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством

педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

При раннем занятии ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и необходимы максимальные и сверхмаксимальные нагрузки для их повышения.

При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки в избранном.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Программа направлена на:

- Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
- Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
- Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
- Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

Новизна программы

Новизна программы заключается в том, что она предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр, начинающаяся с первого года обучения в учебно-тренировочных группах.

В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

Методическая особенность программы:

Отличительной особенностью программы является увеличение объёма (количества часов) на изучение подвижных игр на период 1-4 годов обучения.

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;

- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

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

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

3. Место курса в учебном плане

На изучение курса «Подвижные игры» в 2 классах отводится 34 часа; 34 часа в год; 1 ч в неделю.

4. Результаты освоения курса

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.

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.
- 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.

**Тематическое распределение количества часов
2 класс**

№ п/п	Тема раздела	Количество теории	Часов практики
1	Техника безопасности	6	-
2	Беседы	3	-
3	Игры	-	25
	Итого	34 часов	

**Содержание программы
2 класс**

Тема 1. Техника безопасности - 6 часов

ТБ при занятиях подвижными играми. ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. ТБ при подвижных играх.

ТБ при подвижных играх «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».

Тема 2. Беседы - 3 часа

Беседа «Личная гигиена». Беседа «Закаливание организма». Беседа: «Твой организм».

Тема 3. Игры - 25 часов

Календарно – тематическое планирование
2 класс

№ п/п	Дата	Содержание занятий
1.		Правила поведения в спортивном зале на уроке. Подвижная игра «Ручейки»
2.		Построение в шеренгу. Игры: «Совушка», «Волшебное колечко»
3.		Построение в колонну. Игры: «Угадай, чей голосок», «Запрещенное движение»
4.		Челночный бег. Разучивание игры «Колдунчики».
5.		Прыжки на одной, на двух ногах. Разучивание игры «Казачи-разбойники»
6.		Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игры «Светофорчики»
7.		Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игр «Строители», «Охотник и зайцы»
8.		Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игры «Волшебные краски»
9.		Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игры «Салки».
10.		Упражнения с мячом. Передача мяча, развитие координационных качеств посредством подвижной игры «Попади в цель»
11.		Совершенствование передачи мяча. Развитие координационных способностей в игровых упражнениях.
12.		Совершенствование передвижения изменением направления («змейкой»). Развитие ловкости в игре «Золотая рыбка»
13.		Разучивание игровых действий эстафет (броски, ловля, старт из положения сидя). Развитие координационных способностей в эстафетах.
14.		Разучивание новых эстафет. Развитие гибкости, ловкости
15.		Разучивание новых игр «Зимние снайперы», «Колечко»
16.		Обучение игровым действиям и новым движениям. Развитие скоростно-силовых качеств
17.		Совершенствование разученных ранее упражнений. Развитие скоростных качеств по средствам игры «Сумей поймать»
18.		Прыжки через скакалку. Разучивание игры «Попрыгунчики-воробышки»
19.		Разучивание игры «Дудочка». Обучение перекатам назад, набок
20.		Обучение кувырку вперед. Разучивание игры «Поймай мышку»
21.		Разученных элементов гимнастики в игре «Альпинисты».
22.		Разученных элементов гимнастики в игре «Альпинисты».
23.		Развитие силовых способностей Игра «Кто дальше?»
24.		Обучение броску и ловле теннисного мяча. Игра «Салки с мячом».
25.		Совершенствование бросков и ловли теннисного мяча. Разучивание игры «Снайперы»
26.		Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты. Разучивание игры «Защитники»
27.		Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты. Разучивание игры «Путаница».
28.		Совершенствование игр «День и ночь», «Охотники и утки»
29.		Разучивание игровых действий. Развитие гибкости, ловкости. Разучивание игры «Веселые хвостики»
30.		Подвижные игры: «Попади в цель», «Стрелки»
31.		Подвижные игры: «Волшебные краски», «Классики»
32.		Совершенствование разученных ранее упражнений. Развитие

		скоростных качеств по средствам игры «Сумей поймать»
33.		ТБ при подвижных играх. «Через ручеек», «У ребят порядок строгий»
34.		«Летает - не летает», «Статуя».