

ПРОВЕРЕНО
И.о. зам. директора по УВР
Культяева Н.Л.

(подпись)
«04» июля 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. Директора ГБОУ СОШ пос. Ильмень
Чуркина Ю.С.

(подпись)
«05» июля 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет (курс) Подвижные игры

Класс 2-4

Количество часов по учебному плану в 2-4 кл. - 34 в год, 1 в неделю.

Рассмотрена на заседании ШМО ГБОУ СОШ пос. Ильмень

Протокол № 5 от «01» июля 2022 г.

Председатель ШМО Буланова В.В.

(ФИО)

(подпись)

Аннотация к рабочей программе

Рабочая программа курса «Подвижные игры» составлена на основе авторской программы В.И. Ляха «Комплексная программа физического воспитания 1-4 классы», М.: Просвещение, 2014 и соответствует федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования.

В соответствии с учебным планом школы на текущий учебный год на изучение программы выделено:

во 2 классе – 1 час в неделю (34 ч),

в 3 классе – 1 час в неделю (34 ч),

в 4 классе – 1 час в неделю (34 ч).

Во 2-4 классах занятия спортивно-оздоровительного направления проходят по 40 минут.

Формы промежуточной аттестации:

- выступление, доклад, сообщение;

- результаты спортивных соревнований (дипломы, грамоты).

Учебное оборудование:

- козел гимнастический,

- перекладина гимнастическая (пристеночная),

- стенка гимнастическая,

- скамейка гимнастическая жёсткая (2 м; 4м),

- комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты),

- мячи: набивной 1 и 2 кг, мяч малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные,

- палка гимнастическая,

- скакалка детская,

- мат гимнастический,

- коврики гимнастические,

- кегли,

- обруч пластиковый детский,

- флажки: разметочные с опорой, стартовые,

- лента финишная.

1. Результаты освоения программы курса

Цель программы: оптимизация двигательной активности младших школьников на переменах и во внеурочное время.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач**:

□ познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

□ формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;

□ развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;

□ воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым — школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности. Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, а также дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему для образовательной практики.

Необходимо воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

К концу 1 года обучения (2 класс):

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none">□ договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр;□ формирование представлений об этических идеалах и ценностях;□ отбирать и выполнять комплексы упражнений в соответствии с изученными правилами.	<ul style="list-style-type: none">□ Соблюдать санитарно-гигиенические правила, режим дня;□ Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения□ демонстрировать уровень физической подготовленности	<ul style="list-style-type: none">□ Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; Знать различные виды игр;□ Выполнять правила игры.

К концу 2 года обучения (3 класс):

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none"> □ определять уровень развития физических качеств; □ договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр, учитывая разные точки зрения; □ проявлять инициативу в выборе и проведении подвижных игр. 	<ul style="list-style-type: none"> □ Управлять своими эмоциями; □ Взаимодействовать с коллективом, находить компромисс, слушать и понимать других; □ Раскрывать на примерах личного опыта положительного влияния подвижных игр на физическое, личностное, социальное развитие. 	<ul style="list-style-type: none"> □ Выполнять комплексы физических упражнений для формирования правильной осанки; □ организовывать и проводить самостоятельные формы занятий; □ Соблюдать режим дня и правила личной гигиены.

К концу 3 года обучения (4 класс):

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none"> □ вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений; □ проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных игровых ситуациях; □ взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий подвижными играми; 	<ul style="list-style-type: none"> □ вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью □ ; □ Управлять своими эмоциями; 	<ul style="list-style-type: none"> □ Знать о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных; □ Знать и использовать комплексы ритмической гимнастики; □ Владеть различными формами игровой деятельности.

2. Содержание учебного курса

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

Подвижные игры способствуют объединению коллектива, массовому охвату детей физическими упражнениями, являются замечательным средством всестороннего

физического развития.

Курс внеурочной деятельности «Подвижные игры» пересекается с задачами, которые ставятся для выполнения детьми на уроках физической культуры.

Программный материал по курсу «Подвижные игры» сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.

Все игры подобраны с учетом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста.

2 класс

Раздел 1. Игры на взаимодействие между учащимися

- Урок 1. Игра. Гном, как тебя зовут 1 ч
- Урок 2. Игра. " Водяной" 1 ч
- Урок 3. Игра. " Мы веселые ребята" 1 ч
- Урок 4. Игра. " Гуси-лебеди" 1 ч
- Урок 5. Игра. " Соревнования скороходов" 1 ч
- Урок 6. Игра. " Волк во рву" 1 ч
- Урок 7. Игра. "К Своим флажкам" 1 ч
- Урок 8. Игры по выбору учащихся 1 ч
- Урок 9. Игры по выбору учащихся 2 1 ч
- Урок 10. Эстафета с мячами 1 ч
- Урок 11. Игра " Птицы и клетка" 1 ч
- Урок 12. Игра " Угадай, кто" 1 ч

Раздел 2. Игры на развитие двигательных качеств

- Урок 1. Игра. Эстафета зверей 1 ч
- Урок 2. Игры по выбору учащихся 1 ч
- Урок 3. Игра "Стой" 1 ч
- Урок 4. Игра " Веселые музыканты" 1 ч
- Урок 5. Игра. Совушка 1 ч
- Урок 6. Игры по выбору учащихся 1 ч
- Урок 7. Игры по выбору учащихся 2 1 ч
- Урок 8. Эстафета ср скакалками 1 ч
- Урок 9. Игра " Паровозик" 1 ч
- Урок 10. Игры по выбору учащихся 3 1 ч
- Урок 11. Игра " Вышибалы" 1 ч
- Урок 12. Игра " Воробьи и вороны" 1 ч
- Урок 13. Игра " Салки" 1 ч
- Урок 14. Повторение изученных игр 1 ч
- Урок 15. Повторение изученных игр 2 1 ч
- Урок 16. Эстафета " Кенгуру" 1 ч
- Урок 17. Игра " Симон говорит" 1 ч
- Урок 18. Игра " мишки и шишки" 1 ч
- Урок 19. Игра " Медведь" 1 ч
- Урок 20-22. Игры по выбору учащихся 3 ч

3 класс

Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики

- Урок 1. Игра " Осенний марафон" 1 ч
- Урок 2. Игра " Чай-чай выручай" 1 ч
- Урок 3. Игра " День и ночь" 1 ч
- Урок 4. Игра " Вызовы" 1 ч
- Урок 5. Игра " Гонка мячей по кругу" 1 ч
- Урок 6. Прыжки в длину 1 ч
- Урок 7. Игра " Караси и щука" 1 ч
- Урок 8. Игра " Кто выше" 1 ч
- Урок 9. Игра с обучением прыжкам в высоту " Достань мячик" 1 ч

Раздел 2. Ритмичная гимнастика

- Урок 1. Игра " Веселые ладошки" 1 1 ч
- Урок 2. Игра " Веселый зоопарк" 1 ч

- Урок 3. " Красивая спина" 1 ч
- Урок 4. Игра " Дружные ребята" 1 ч
- Урок 5. Игра " Веселый сапожок" 1 ч
- Урок 6. " Веселый сапожок" 1 ч
- Урок 7. Непоседы 1 ч
- Урок 8. Непоседы 2 1 ч
- Урок 9. Непоседы 3 1 ч
- Урок 10. Игра " Ритмическая мозаика" 1 ч

Раздел 3. Лыжная подготовка

- Урок 1. Скользящий шаг с палками 1 ч
- Урок 2. скользящий шаг с палками 2 1 ч
- Урок 3. Игра " Царь горы" 1 ч
- Урок 4. Повороты на месте и в движении 1 ч
- Урок 5. Игра " Попади в цель" 1 ч
- Урок 6. Игры по выбору обучающихся 1 ч
- Урок 7. Эстафета с флажками 1 ч

Раздел 4. Подвижные игры

- Урок 1. Игры и эстафеты с мячами 1 ч
- Урок 2. Игра " Класс, смирно!" 1 ч
- Урок 3. Броски мяча в корзину 1 ч
- Урок 4. Игра " Боулинг" 1 ч
- Урок 5. Игра " Картошка" 1 ч
- Урок 6. Соревнования по прыжкам через скакалку 1 ч
- Урок 7. Игра " Веселый пингвин" 1 ч
- Урок 8. Игра " Солнышко" 1 ч

4 класс

Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики

- Урок 1. Игра "Метатели" 1 ч
- Урок 2. Игра "Пустое место". 1 ч
- Урок 3. Игра "У ребят порядок строгий"" . 1 ч
- Урок 4. Игра "К своим флажкам"" . 1 ч
- Урок 5. Прыгающие воробушки 1 ч
- Урок 6. Веселые старты " Лабиринт" 1 ч
- Урок 7. Прыжки по полосам 1 ч
- Урок 8. " Играй, играй, мяч не теряй" 1 ч
- Урок 9. Прыжки в длину с прямого разбега 1 ч

Раздел 2. Ритмичная гимнастика

- Урок 1. Игра "Исправь осанку",1 1 ч
- Урок 2. "Исправь осанку",2 1 ч
- Урок 3. Упражнения на согласованность движения с музыкой 1 ч
- Урок 4. Игра "Зайцы в огороде" 1 ч
- Урок 5. Подвижные игры по выбору учащихся 1 ч
- Урок 6. Ритмические упражнения с обручами 1 ч
- Урок 7. Игра "веревочка под ногами" 1 ч
- Урок 8. Игра " Веребочка под ногами" 1 ч

Раздел 3. Лыжная подготовка

- Урок 1. Одновременный двухшажный ход 1 ч
- Урок 2. Поворот переступанием 1 ч
- Урок 3. Поворот переступанием 2 1 ч
- Урок 4. Игра "Салки со снежками". 1 ч
- Урок 5. Игра "Перевозка грузов" 1 ч
- Урок 6. Игра на развитие скорости " Верхом на клюшке" 1 ч
- Урок 7. Игра на развитие скорости " Верхом на клюшке" 2 1 ч
- Урок 8. Игра -соревнование " Не уступлю горку!" 1 ч

Раздел 4. Подвижные игры

- Урок 1. Игры на внимание и быстроту " Поезд" 1 ч
- Урок 2. Игры с прыжками и бегом " Прыгуны и пятнашки" 1 ч
- Урок 3. Игры с прыжками и бегом " Прыгуны и пятнашки" 2 1 ч
- Урок 4. " Веселые старты" 1 ч
- Урок 5. Старт группами 1 ч

Урок 6. командный бег 1 ч
 Урок 7. Мини-гандбол 1 ч
 Урок 8-9. Повторение изученных игр 2 ч

3. Тематическое планирование 2 класс

№ п / п	Раз дел ы	1год обучения		Форма проведения занятий	ЭОР
		т	п		
1	Игры на взаимодействие между учащимися	1	9	Беседа «ТБ во время игры» Игры на свежем воздухе. Урок –соревнование.	https://www.youtube.com/watch?v=CnK7jaf30Uo
2	Игры, содействующие развитию двигательных качеств	1	17	Беседа «ТБ во время игры» Игры на свежем воздухе. Урок –соревнование	https://yandex.ru/video/preview/8646537567370357539
3	Игры по выбору детей	-	6	Беседа «Игры народов мира» Игровой калейдоскоп.	https://yandex.ru/video/preview/14244475996826377051
	Всего часов		34		

3 класс

№ п / п	Раз дел ы	Формы проведения занятий	2 год		ЭОР
			т	п	
1	Игры с элементами легкой атлетики	«ТБ во время уроков» Урок-игра Урок-соревнование Игры на свежем воздухе.	1	8	https://yandex.ru/video/preview/9655360612290945837
2	Игры с элементами ритмической гимнастики	«ТБ во время уроков» Урок-игра Урок-соревнование Игры на свежем воздухе. Беседа »Игры народов мира»	1	9	https://yandex.ru/video/preview/5913069779989047090
3	Игры с элементами спортивных игр	«ТБ во время уроков» Урок-игра Урок-соревнование Зимние забавы.	1	7	https://yandex.ru/video/preview/12723457902712577251
4	Игры с элементами лыжной подготовки	«ТБ во время уроков» Урок-игра Урок-соревнование Игры на свежем воздухе.	1	5	https://yandex.ru/video/preview/15835961790882765561
5	Игры по выбору детей	Игровой калейдоскоп	-	1	
Всего часов			34		

4 класс

№ п / п	Раз дел ы	Формы проведения занятий	ЭОР	3 год обучения	
				т	п
1	Игры с элементами легкой атлетики	Беседа «ТБ на уроках» Игры –соревнования. Игры на свежем воздухе.	https://yandex.ru/video/preview/9655360612290945837	1	8
2	Игры с элементами ритмической гимнастики	Игры с использованием гимнастических предметов. Урок – соревнование.	https://yandex.ru/video/preview/5913069779989047090	1	7

3	Игры с элементами спортивных игр	Зимние забавы. Урок-сказка.	https://yandex.ru/video/preview/12723457902712577251	1	8
4	Игры с элементами лыжной подготовки	«ТБ во время уроков» Урок-игра Урок-соревнование Игры на свежем	https://yandex.ru/video/preview/15835961790882765561	1	7
	Всего часов				34