

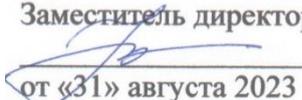
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Подтесовская средняя общеобразовательная школа № 46 имени В.П. Астафьева»

ПРИНЯТО

протокол заседания методического объединения
учителей начальных классов
от «29» августа 2023 года № 1

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Е.В. Кистанова
от «31» августа 2023 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**учебного курса внеурочной деятельности
«Школьная спартакиада»**

для обучающихся 2 класса

Составители:

Толстоброва В.С.
учитель физической культуры

Пояснительная записка

1.1. Общие положения

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Школьная спартакиада», 2 класс составлена в соответствии федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО-2021), основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Подтесовская СОШ №46» на 2023-2024 учебный год; авторской программы В.И. Ляха по учебному курсу «Физическая культура» (1-4 классы, образовательная система «Школа России»), учебника «Физическая культура», 1-4 классы, В.И. Лях, - АО «Издательство «Просвещение», 2021г.

Курс внеурочной деятельности «Школьная спартакиада», 2 класс рассчитан на 34 часа, в неделю - 1 час

1.2. Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Школьная спартакиада», 2 класс

Программа курса внеурочной деятельности формирует универсальные учебные действия у учащихся. Так как игра основной вид деятельности младшего школьника, основы здорового образа жизни воспитываются и усваиваются непосредственно через игру. Посредством игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторикурук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, подвижные и спортивные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания.

Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня физической подготовленности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры учащиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу учебного курса «Школьная спартакиада» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание,

память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

1.3. Цели и задачи изучения курса внеурочной деятельности «Школьная спартакиада», 2класс

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

Задачи:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- развитие координационных, пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе игровой деятельности;
- воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
- развитие познавательных интересов, воображения, памяти, мышления, речи;
- создание условия для проявления чувств коллективизма;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

Сроки реализации образовательной программы – 1 год обучения, 1 час в неделю 34 учебных часа.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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

Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой.

Правила безопасного поведения при с играх мячом.

Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.
Закаливание и его влияние на организм.

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

История изучения и организации игр. Игровая терминология.

Игры: «Совушка», «Вороны и воробьи», «К своим флажкам», «День и ночь», «Вызов номеров», «Пустое место», «Невод», «Колесо», «Два мороза», «Воробьи-попрыгунчики»,

«Воробушки», «Удочка», «Кто выше», «Прыжки в приседе», «Пингвины с мячом», «Поймай лягушку», «Прыжки с поворотом», «Передал – садись», «Свечи», «Охотники иутки», «Сбей мяч», «Рак пятится назад», «Скорый поезд», «Ровная спина», «Змейка», «Карлики и великаны», «Кошка и мышка», «Ручеек», «Стрекозы», «Чемпионы скакалки», «Построение в шеренгу», «На новое место», «Лабиринт», «Что изменилось?», «Бег по кочкам», «Бег сороконожек», «Рак пятится назад», «Скорый поезд», «Чемпионы скакалки», «Вьюны», «Стрекозы», «На новое место», «Бегунок», «Верёвочка», «Котел», «Дедушка – сапожник».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формированием следующих умений:

- 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 изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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;
- 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.

«Школьная спартакиада»

| № | Тема | Кол-во часов |
|-----|---|--------------|
| 1. | Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега | 1 |
| 2. | Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игр: «Совушка», «Вороны и воробьи» | 1 |
| 3. | Комплекс ОРУ в движении. Игры «К своим флажкам», «День и ночь». | 1 |
| 4. | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игры: «Вызов номеров», «Пустое место». Упражнения с предметами. Игр: «Невод», «Колесо». | 1 |
| 5. | Комплекс ОРУ на месте. Игры: «Два мороза», «Воробьи-попрыгунчики». | 1 |
| 6. | Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой. | 1 |
| 7. | Комплекс ОРУ. Игры «Салки на одной ноге», «Воробушки». | 1 |
| 8. | Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игры: «Удочка», «Кто выше». | 1 |
| 9. | Комплекс ОРУ с мячами. Игры: «Прыжки в приседе», «Пингвины с мячом». | 1 |
| 10. | Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игры «Поймай лягушку», «Прыжки с поворотом» | 1 |
| 11. | Правила безопасного поведения при с играх мячом. | 1 |
| 12. | Совершенствование координации движений. Игры: «Передал – садись», «Свечи». | 1 |
| 13. | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игры: «Охотники и утки», «Сбей мяч» | 1 |

| | | |
|-----|---|---|
| 14. | Укрепление основных мышечных групп; мышц руки плечевого пояса. Игры: «Рак пятится назад», «Скорый поезд». | 1 |
| 15. | Броски и ловля мяча. Игры: «Кто самый меткий», «Не упусти мяч». | 1 |
| 16. | Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. | 1 |
| 17. | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». | 1 |
| 18. | Игра «Карлики и великаны». | 1 |
| 19. | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». | 1 |
| 20. | Игра «Ручеек». | 1 |
| 21. | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». | 1 |
| 22. | Игра «Чемпионы скакалки». | 1 |
| 23. | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игры «Построение в шеренгу», «На новое место». | 1 |
| 24. | Игры: «Лабиринт», «Что изменилось?» | 1 |
| 25. | Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки | 1 |
| 26. | Веселые старты. Эстафеты: «Бег по кочкам», «Бег сороконожек». | 1 |
| 27. | Эстафеты: «Рак пятится назад», «Скорый поезд». | 1 |

| | | |
|-----|---|---|
| 28. | Эстафеты: «Чемпионы скакалки», «Вьюны». | 1 |
| 29. | Эстафеты: «Стрекозы», «На новое место». | 1 |
| 30. | История изучения и организации игр. Игровая терминология. | 1 |
| 31. | Разучивание народных игр. Игра «Бегунок» | 1 |
| 32. | Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» | 1 |
| 33. | Разучивание народных игр. Игра «Котел» | 1 |
| 34. | Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник". | 1 |

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
курса внеурочной деятельности
«Школьная спартакиада» 2 класса

| № | Тема | Кол-во часов | Дата изучения |
|----|--|--------------|---------------|
| 1. | Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега | 1 | 3.09.24 |
| 2. | Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игр: «Совушка», «Вороны и воробьи» | 1 | 10.09.24 |
| 3. | Комплекс ОРУ в движении. Игры «К своим флажкам», «День и ночь». | 1 | 17.09.24 |
| 4. | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игры: «Вызов номеров», «Пустое место». Упражнения с предметами. Игр: «Невод», «Колесо». | 1 | 24.09.24 |
| 5. | Комплекс ОРУ на месте. Игры: «Два мороза», «Воробьи-попрыгунчики». | 1 | 1.10.24 |

| | | | |
|-----|--|---|-----------|
| 6. | Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой. | 1 | 8.10.24 |
| 7. | Комплекс ОРУ. Игры «Салки на одной ноге», «Воробушки». | 1 | 15.10.24 |
| 8. | Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игры: «Удочка», «Кто выше». | 1 | 22.10.24 |
| 9. | Комплекс ОРУ с мячами. Игры: «Прыжки в приседе», «Пингвины с мячом». | 1 | 29.10.24 |
| 10. | Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игры «Поймай лягушку», «Прыжки с поворотом» | 1 | 5.11.24 |
| 11. | Правила безопасного поведения при с играх мячом. | 1 | 12.11.24 |
| 12. | Совершенствование координации движений. Игры: «Передал – садись», «Свечи». | 1 | 19.11.241 |
| 13. | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игры: «Охотники и утки», «Сбей мяч» | 1 | 26.11.24 |
| 14. | Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игры: «Рак пятится назад», «Скорый поезд». | 1 | 3.12.24. |
| 15. | Броски и ловля мяча. Игры: «Кто самый меткий», «Не упусти мяч». | 1 | 10.12.24 |
| 16. | Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. | 1 | 17.12.24 |
| 17. | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». | 1 | 24.12.24 |
| 18. | Игра «Карлики и великаны». | 1 | 14.01.25 |

| | | | |
|-----|---|---|--|
| 19. | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». | 1 | |
| 20. | Игра «Ручеек». | 1 | |
| 21. | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». | 1 | |
| 22. | Игра «Чемпионы скакалки». | 1 | |
| 23. | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игры «Построение в шеренгу», «На новое место». | 1 | |
| 24. | Игры: «Лабиринт», «Что изменилось?» | 1 | |
| 25. | Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки | 1 | |
| 26. | Веселые старты. Эстафеты: «Бег по кочкам», «Бег сороконожек». | 1 | |
| 27. | Эстафеты: «Рак пятится назад», «Скорый поезд». | 1 | |
| 28. | Эстафеты: «Чемпионы скакалки», «Вьюны». | 1 | |
| 29. | Эстафеты: «Стрекозы», «На новое место». | 1 | |
| 30. | История изучения и организации игр. Игровая терминология. | 1 | |
| 31. | Разучивание народных игр. Игра «Бегунок» | 1 | |
| 32. | Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» | 1 | |
| 33. | Разучивание народных игр. Игра «Котел» | 1 | |
| 34. | Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник". | 1 | |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура: 1—2 классы: методическое пособие / О. А. Немова. — М. : Вентана-Граф, 2017.

Матвеев А. П., Мельников С. Б. Методика физического воспитания с основами теории. - М.: Просвещение, 1991.

Словарь некоторых терминов и понятий учителя физической культуры и его учеников. - Кемерово, 1998.

Подвижные игры для детей: Пособие для учителя физкультуры. Лепёшкин В. А. — М.: Школьная Пресса, 2004. — 64 с. — (Начальная школа: воспитание и обучение.

Приложение к журналу «Дошкольник. Младший школьник»; Вып. 9.)

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

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

<https://interneturok.ru/> <http://>

<http://metodsovet.su>

<https://www.gto.ru/norms>

<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

<http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/>

<https://www.gto.ru/norms>

<https://uchi.ru/?->

www.openclass.ru

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Скамейка гимнастическая, мат гимнастический, стенка гимнастическая пристенная, канат для лазания, мяч гимнастический, мяч для метания, ботинки для лыж, лыжи, лыжные палки, мяч волейбольный, мяч футбольный, мяч баскетбольный, футбольная сетка, волейбольная сетка, бревно напольное

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Скамейка гимнастическая, мостик гимнастический подпружиненный, мат гимнастический прямой, перекладина гимнастическая пристенная, канат для лазания, мяч гимнастический, мяч для метания, ботинки для лыж, лыжи, лыжные палки, мяч волейбольный, мяч футбольный, мяч баскетбольный.