

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа
с углубленным изучением отдельных предметов № 61» города Кирова

«Утверждаю»

Директор
МБОУ «СОШ с УИОП № 61»
города Кирова

_____ В.С.Симанов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«НАРОДНЫЕ ИГРЫ»

Киров
2024

**Пояснительная записка к программе по внеурочной деятельности.
«Народные игры» для 2 класса.**

Рабочая программа кружка «Народные игры» для 2 класса составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО, Основной образовательной программы НОО МБОУ «СОШ с УИОП №61» города Кирова Программы воспитания и социализации обучающихся на ступени начального, основного и среднего общего образования МБОУ «СОШ с УИОП № 61» города Кирова.

Программа составлена на основе программы Л.В. Былеева « Народные игры» Авт. Л.В. Былеева и др., М. Изд-во «Физкультура и спорт», 2018г.

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Испокон веков в играх ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

С целью преодоления малоподвижного образа жизни, последствия гиподинамии разработана рабочая программа учебного курса практикум по физической культуре «Подвижные игры народов России»

Цель – развивать физические качества учащихся 2 класса и совершенствовать двигательные, удовлетворить индивидуальные двигательные потребности.

Основными задачами для курса являются:

- 1.Формировать у детей интерес к спорту.
- 2.Уметь играть по правилам.
- 3.Учить бережно относиться к своему здоровью и здоровью других.
- 4.Развивать скоростно-силовых качеств, ловкость, уважение к товарищам.

Универсальные учебные действия

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

- 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.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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.

Количество часов по рабочему плану: 34 часов, 1 час в неделю.

Содержание тем учебного курса.

1. Подвижные игры:

Игры, побуждающие немедленно переходить от одних действий к другим; не задерживаясь, сочетать свои действия с действиями других занимающихся (по внезапным заданиям, сигналам). Игры, требующие умения сосредоточить внимание одновременно на нескольких действиях (бег, прыжки, игры с увертыванием). Игры с преодолением расстояний в кратчайший срок. Игры с бегом на скорость в изменяющихся условиях.

Календарно-тематическое планирование.

№	Тема занятия	Характеристика деятельности учащихся или виды учебной деятельности, формы работы	По плану	Дата пров.
1.	Упражнение «Ястреб и утки». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: вышибалы.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
2.	Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Волк и жеребята», «Круговая лапта».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты.		

		Развитие скоростно-силовых способностей		
3.	Подвижные игры: «Летучая мышь», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
4.	Разучивание игр «Летучая мышь», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
5.	Разучивание игр «Соколиный бой», «Ястреб и утки». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		
6.	Разучивание игр «Соколиный бой», Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
7.	Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», Самостоятельные игры.	Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие		

		выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
8.	Разучивание игры «Летающий диск». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
9.	Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.		
10.	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната». «Горелки».	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1 час	
11.	Разучивание игры «Сокол и лиса»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1 час	
12.	Разучивание игр «Пчёлки». Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1 час	
13.	«Перетягивание на палках» Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1 час	
14.	«Перетягивание на палках» Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1 час	
15.	Разучивание игр «Покати-догони», Весёлые старты.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в	1 час	

		движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель		
16.	Разучивание игр «Упасть не давай», «Сокол и лиса»Эстафета с мячами, скакалками.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1 час	
17.	Катание на лыжах. «Трамвай», «Каюр и собака»Игры по выбору.	ТБ на уроках лыжной подготовки.Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.	1 час	
18.	«Трамвай», «Каюр и собака» Игры по выбору.	Игры на лыжах.	1 час	
19.	Катание на лыжах. «Через препятствия»	Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.	1 час	
20.	Катание на лыжах. «Через препятствия». Самостоятельные игры.	Изменение скорости передвижения скользящим шагом и попеременным двушажным ходом.	1 час	

21.	Катание на лыжах. Разучивание игр «Хейро» .Самостоятельные игры.	Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.	1 час	
22.	Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Хейро». Игры по выбору.	Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.	1 час	
23.	Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.	Эстафета на лыжах. Игры.	1 час	
24.	Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.	Эстафета на лыжах. Игры.	1 час	
25.	Разучивание игр «Олени и постухи» Самостоятельные игры.	Эстафета на лыжах. Игры.	1 час	
26.	«Ручейки и озёра»Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафеты.	1 час	
27.	Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых	1 час	

		способностей.		
28.	«Ручейки и озёра». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.	Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.	1 час	
29.	«Ловля оленей» Самостоятельные игры.	Соревнования. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1 час	
30.	Эстафета «Паровозик».	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.	1 час	
31.	«Куропатки и охотники» Комбинированная эстафета. Игры по выбору.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1 час	
32.	Упражнение «Силачи». Игры «Нарты-сани» Комбинированная эстафета.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1 час	

33.	Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору. Игры «Нарты-сани»	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1 час	
34	Весёлые старты.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.		

Ожидаемые результаты проекта:

1. Изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательного воздействия окружающей среды, желание и умение вести здоровый образ жизни.
2. Включение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий.
3. Снижение заболеваемости школьников.
4. Снижение психоэмоциональных расстройств.
5. Повышение уровня физической подготовки школьников.
6. Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
7. Снижение последствий умственной нагрузки.
8. Повышение социально-психологической комфортности в детском коллективе.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

Таблица

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1.	Основная литература для учителя	
1.1.	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д
1.2.	Народные игры. Авт. Л.В. Былеева и др., М. Изд-во «Физкультура и спорт», 2018г.	Д
1.3.	Русские подвижные игры. Авт. М.Ф.Литвинова М. «Просвещение», 2014г.	Ф
1.4.	Здоровье-сберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. Авт. В.И. Ковалько. М.: «ВАКО», 2012г.	Д
2.	Дополнительная литература для обучающихся	
2.1.	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.	Д
4.	Технические средства обучения	
4.1.	Ноутбук	

5.	Учебно-практическое оборудование	
5.1.	Бревно гимнастическое напольное	П
5.2.	Козел гимнастический	П
5.3.	Канат для лазанья	П
5.4.	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	П
5.5.	Стенка гимнастическая	П
5.6.	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
5.7.	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	П
5.8.	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	К
5.9.	Палка гимнастическая	К
5.10.	Скакалка детская	К
5.11.	Мат гимнастический	П
5.12.	Гимнастический подкидной мостик	Д
5.13.	Кегли	К
5.14.	Обруч пластиковый детский	Д
5.15.	Планка для прыжков в высоту	Д
5.16.	Стойка для прыжков в высоту	Д
5.17.	Флажки: разметочные с опорой, стартовые	Д
5.18.	Лента финишная	П

5.19.	Рулетка измерительная	К
5.20.	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям	П
5.21.	Лыжи детские (с креплениями и палками)	П
5.22.	Щит баскетбольный тренировочный	Д
5.23.	Сетка для переноски и хранения мячей	П
5.24.	Сетка волейбольная	Д
5.25.	Аптечка	П

Д – демонстрационный экземпляр (1экземпляр);

К – полный комплект (для каждого ученика);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

П – комплект