

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»**

РАССМОТРЕНО
на заседании МО классных
руководителей
Руководитель МО
_____ Е.В.Андреевко
«30» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по ВР
_____ Е.В.Андреевко
«_30_» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МОУ «СОШ № 5»
_____ Т.В. Журило
Приказ № 400
«_31_» августа 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительной направленности
«Спортивные и подвижные игры»
для обучающихся 2 классов**

Автор программы:
Колесова Диана Яновна,
учитель физической культуры

**г. Гусев
2023**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Спортивные и подвижные игры» разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

Актуальность программы обусловлена интересом детей к подвижным играм. Игра – это сознательная деятельность, направленная на достижение условно поставленной цели посредством активных действий: бега, прыжков, метания различных предметов, преодоления сопротивления соперника и др.

Подвижные игры – игры, связанные с движением, быстрым перемещением игроков. В процессе игры происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми и молодежью, что является весьма актуальным на сегодняшний день. Среди проблем, связанных с воспитанием личностно и физически здорового ребенка, занятие подвижными играми позволяет педагогам решать социально-значимые задачи, важными из которых являются: воспитание коллективизма и коммуникативности, самоутверждение, самореализация, саморазвитие, чувство долга, ответственность.

Цели программы: Изучение основных правил и элементов спортивных игр и умение организовывать подвижные игры с сюжетом самостоятельно.

Задачи программы:

- Гармоническое развитие личности;
- Обучение основам двигательных действий в спортивных играх;
- Умение организовывать подвижные игры самостоятельно;

- Формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- Воспитание направленное на здоровый образ жизни и привычки в соблюдении личной гигиены;

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

- Стремление к формированию культуры здоровья, соблюдение правил здорового образа жизни;
- Проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели;
- Проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь, при травмах и ушибах;
- Формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных и спортивных соревнований, выполнение совместных учебных заданий;

Метапредметные результаты

По окончании модуля обучающиеся второго класса научатся:

Познавательные УУД

- Умение строиться по росту, выполняя простые команды;
- Умение контролировать скорость бега;
- Умение проводить самостоятельно общеразвивающие упражнения;
- Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр;
- Умение самостоятельно выработать стратегию игры;

- Умение организовывать деятельность с учетом требований безопасности;
- *Коммуникативные УДД;*
- Понимание ценности человеческой жизни;
- Взаимодействие в парах при выполнении технических действий в спортивной или подвижной игре;
- Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий в играх;
- Взаимодействовать со сверстниками на принципах дружбы и толерантности;
- Взаимодействовать в группах и подчиняться капитану;
- *Регулятивные УДД;*
- Различать допустимые и недопустимые формы поведения;
- Бережно обращаться с инвентарем, соблюдать требования техники безопасности при выполнении беговых упражнений;
- Регулировать интервал и дистанцию при различных беговых упражнениях;
- Оказывать помощь сверстникам, находить с ними общие интересы;
- Уметь через диалог разрешать конфликты;
- Умение формулировать и задавать вопросы;
- Формирование способности к волевому усилию;

Предметные результаты

- Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культуры;
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

- Освоение игровых приемов при игре баскетбол, волейбол, футбол;
- Умение организовывать подвижные игры с сюжетом с элементами баскетбола, волейбола, футбола.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Техника безопасности на занятиях спортивными и подвижными играми – 3ч.

Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль при занятиях спортивными и подвижными играми. Требования по технике безопасности перед началом занятий, вовремя и после занятий. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Раздел 2. Волейбол – 9ч.

Стойки и перемещения волейболиста. Держание мяча. Передача сверху на месте с передвижением. Прием мяча одной двумя руками. Основы тактики игры.

Раздел 3. Баскетбол – 8ч.

Стойки и передвижения. Ловля мяча. Остановки с мячом. Передачи мяча. Ведение мяча. Остановки после ведения мяча. Броски мяча. Стойка защитника. Передвижения в защите. Выбивание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Основы тактики в баскетболе.

Раздел 4. Футбол – 5ч.

Техника передвижений: бег; прыжки; остановки; повороты. Основы владения мячом: удары по мячу; остановки; ведение; отбор мяча; основы тактики в футболе. Игра вратаря.

Раздел 5. Подвижные игры – 8ч.

Игры с сюжетом, эстафеты с элементами волейбола, баскетбола и футбола.
 Передачи мячей в колоннах и шеренгах. Игры с метанием мяча на точность.
 Игры с введением мяча.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 классы 1 час в неделю (34 часа)

Раздел	Наименование разделов, тем	Кол-во часов
Техника безопасности	Требования по технике безопасности перед началом занятий, во время и после занятий.	3
Волейбол	Основные элементы из спортивной игры волейбол. Стойки и перемещения волейболиста (высокая и стойка игрока задней линии); бег и беговые упражнения; Держание мяча; передача сверху и снизу двумя руками; подача мяча; основы блокирования и нападающих ударов. Тактика в Волейболе.	9
Баскетбол	Основные элементы из спортивной игры баскетбол. Стойки готовности и основные способы передвижений; остановка двумя шагами; повороты на месте в движении; держание мяча; остановки с ловлей мяча; передача мяча на месте; ведение мяча; броски мяча; основные игровые приемы в защите; тактика в игре баскетбол.	8
Футбол	Основные элементы из спортивной игры футбол. Передвижение беговыми шагами; удары по мячу внутренней или внешней стороной стопы; остановка катящегося мяча;	5

	ведение мяча по прямой или по дуге; вбрасывание мяча; удары по летящему мячу; основы тактики игры в футбол.	
Подвижные игры	Эстафеты с элементами спортивных игр. Подвижные игры с сюжетом «Совушка», «Стоп, машина», «Дракончики», «Невод», «Рыбак и рыбка», «Море волнуется», «Хоровод».	9
ИТОГО		34 часа

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. Пособие для студ. высш, учеб, заведений 3-е., изд. Издательский центр «Академия», 2007.- 336с.
2. Лапшин О.Б Теория и методика подготовки юных футболистов / «Спорт», 2014 – 143с.
3. Астахова М.В., Стрельченко В.Ф., Крахмалев Д.П., Учебно – методическое пособие по дисциплине «Волейбол», СКФУ, 2014 – 114с.