

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Покровская средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Ветчинкина К.Ф. Волоконовского района Белгородской области»

«Рассмотрено»  
на методическом  
объединении учителей  
технологии, физической  
культуры, ОБЖ  
Руководитель МО  
Смеянова Т.В.  
Протокол № 4 от  
« 23 » июля 2017г.

«Согласовано»  
Заместитель директора  
Ситникова А.П.  
« 29 » августа 2017г.

«Утверждено»  
Директор школы  
Ильченко С.П.  
от  
« 29 » августа 2017г.  
Приказ № 102



## Рабочая программа

кружка

«Подвижные игры»

физкультурно-спортивной направленности

2 класс

Разработала: Белоусова Е.И.  
учитель физической культуры

## Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе примерной программы Г.А. Ворониной «Подвижные игры» в соответствии с требованиями Федерального компонента Государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

**Актуальность** данной программы в том, что с каждым годом состояние здоровья россиян, и особенно школьников, ухудшается. Отрицательная динамика уровня здоровья в образовательной среде заставляют пересмотреть педагогические и медицинские подходы к этой проблеме. Обеспокоенность сложившейся ситуацией отражена в решении Госсовета РФ и приказе Минобразования РФ, в которых физическая культура, двигательная активность школьников рассматриваются как один из основных факторов формирования их здоровья.

Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций. По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование, прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метания), элементарных игровых умений (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнёром, командой и соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми в средних классах.

**Новизна** образовательной программы заключается в том, что систематические занятия физическими упражнениями повышают не только физическую, но и умственную работоспособность.

**Педагогическая целесообразность** программы состоит в том, что в процессе ее реализации ребенок овладеет знаниями и навыками, которые в дальнейшем помогут быть ему здоровым, научиться следить за своим здоровьем. Программа ориентирована на здоровьесберегающие ценности, на партнерские отношения детей и взрослых, на создание условий для развития здоровой личности, повышения его уверенности в себе, в своих силах.

**Цель программы:** сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

**Задачи:**

- сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;
- выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и подвижных играх;
- учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

**Программа рассчитана** на учащихся 2 класса, возрастной группы 7-8 лет. Состав 16 человек.

**Срок реализации программы** – 1 год (36 часов).

**Режим занятий.** Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Продолжительность занятия 45 минут. Занятия проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке, возможна организация занятий вне школьной территории.

#### **Ожидаемые результаты реализации программы**

Морально-волевые качества, которые развиваются в процессе занятий подвижными спортивными играми:

*Сила воли* - способность преодолевать значительные затруднения.

*Трудолюбие, настойчивость, терпеливость* – это проявление силы воли во времени, на пути к достижению поставленной цели. Такая устремленность, питаемая моральным долгом, интересом и желанием достигнуть цели, главнейшая основа этих качеств.

*Выдержка и самообладание* - это качества, определяющие умение спортсмена владеть собой, позволяющие сохранять психическую устойчивость и хладнокровие перед стартом и в «разгар» битвы на спортивной арене, обеспечивающие правильную реакцию и поведение спортсмена на различные сбивающие внешние факторы.

*Решительность* – это умение в нужный момент принимать обоснованное решение, своевременно проводить его к исполнению.

*Мужество и смелость* – это черты характера, выражающие моральную силу и волевую стойкость человека, храбрость, присутствия духа в опасности, готовность смело и решительно бороться за достижение благородной цели.

*Уверенность в своих силах* – это качество, является основой бойцовского характера.

*Дисциплинированность* – это умение подчинять свои действия требованиям долга, правилам и нормам, принятым в нашем обществе. Это необходимое качество для каждого человека.

*Самостоятельность и инициативность* – это умение спортсмена намечать цели и план действий, самостоятельно принимать и осуществлять решения.

*Воля к победе* - проявляется в сочетании всех волевых качеств спортсмена и опирается на его моральные качества.

### **Конечный результат:**

1. Снижение заболеваемости школьников.
2. Снижение психоэмоциональных расстройств.
3. Повышение уровня физической подготовки школьников.
4. Снижение последствий умственной нагрузки.
5. Повышение социально-психологической комфортности в детском коллективе.

### **Универсальные учебные действия.**

Универсальными компетенциями учащихся по курсу «Подвижные игры» 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.

Программный материал сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения.

### **Планируемые результаты освоения программы**

#### **Личностные УУД:**

- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается,
- готовность принять на себя ответственность;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

#### **Метапредметные результаты**

##### ***Познавательные УУД:***

- различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);
- соблюдать правила поведения и предупреждение травматизма во время занятий;
- подбирать упражнения для разминки, физкультминутки, физкультпаузы (комплексы зарядки);
- применять правила игры;

- использовать знания во время подвижных игр на досуге;
- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя.

**Регулятивные УУД:**

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия во время подвижной игры;
- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия.

**Коммуникативные УУД:**

- уметь распределять функции и роли в совместной деятельности;
- при игре адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнера;
- умение оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

**Предметными результатами** является формирование следующих знаний и умений.

- Иметь представление о двигательном режиме второклассника.

**Обучающиеся должны знать:**

- причины нарушения осанки, появления нарушения зрения, плоскостопия;
- правила и уметь организовать подвижные игры (3-4);
- не менее двух комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

**Обучающиеся должны уметь:**

- оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать её;
- выполнять правила игры;
- демонстрировать позитивное отношение к участникам игры.

**Форма подведения итогов реализации программы.**

Воспитанники в течение года участвуют в школьных соревнованиях и спортивных праздниках.

**Учебно-тематический план обучения**

Тема занятия	Количество часов		
	теоретическ их занятий	практическ их занятий	всего
Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	2	5	7
Подвижные игры, направленные на развитие основных физических качеств	1	8	9
Игры на свежем воздухе «Зимние забавы»	2	8	10
Подвижные игры, направленные на развитие основных физических качеств	1	9	10
	6	30	36

**Содержание программы**

**Вводное занятия.** Знакомство с программой. Инструктаж по технике безопасности.

**Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!**

Знакомство с техникой безопасности на занятиях подвижными играми. Ознакомление с санитарно-гигиеническими требованиями к проведению занятий. Изучение правил сохранения здоровья. Разучивание игр на координацию движений и формирование правильной осанки: «Игра белок», «Разведчики», «Щенок», «Хвостики», «Паровоз».

**Подвижные игры, направленные на развитие основных физических качеств.**

Разучивание игр на развитие быстроты и ловкости: «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный». Силовые игры: «Кто сильнее?», «Салки со стопами, «Удочка с прыжками». Игры на развитие ловкости и гибкости: «Снип – Снап», «Быстрая тройка», «Медведь спит, «Весёлая скакалка», на развитие быстроты: «Командные салки», «Сокол и голуби», «Найди нужный цвет», «Разведчики», «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга».

Игры на развитие реакции: «Пустое место», «Часовые и разведчики», «Удочка», «Не урони мяч», «Прыжок за прыжком».

**Игры на свежем воздухе «Зимние забавы».**

Знакомство с техникой безопасности на занятиях подвижными играми в зимнее время. Разучивание игр: «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик», «Салки», «Горелки на снегу», «Быстрые упряжки», «Мороз – Красный нос», «Снежки», «Снежная скульптура».

**Итоговое занятие.** Игровые соревнования «Веселые старты».

### Список используемой литературы

1. Баранцев, С.А., Береуцин, Г.В. и др. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1988.
2. В.К.Шурухина.Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980г.
3. Г.А. Воронина Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников. Киров, КИПК и ПРО, 2007 г.
4. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. И.Э.Ахмеров «Учитель» 2004.
5. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учебник для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000.
6. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004.
7. Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания, М.: «Просвещение» 2006.
8. Садыкова, С.Л. Физическая культура. 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время.
9. Чайцев, В.Г., Пронина, И.В. Новые технологии физического воспитания школьников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2007.