

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №30»

РАССМОТРЕНО
ШМО учителей физической
культуры
Руководитель
 Баканина Л.Ю.
протокол № 1
от 30.08.2022

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УР
 Кобзева Т.Г.
протокол № 1
от 30.08.2022

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ №30
 Оборина Е.И.
Приказ №243
от 30.08.2022



**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Игротека»
Для 2 класса начального общего образования
на 2022-2023 учебный год**

Составитель: Баканина Людмила Юрьевна,
учитель физической культуры

г. Березники, 2022

-Рабочая программа по внеурочной деятельности для младших школьников разработана на основании основных **нормативных документов**:

- Закон РФ «Об образовании»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарт начального общего образования" от 06.10.2009 N 373";

- Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в ОУ (утверждены 29.12.2012г.);

на основе Примерных программ внеурочной деятельности, с учетом образовательных запросов, потребностей и интересов участников образовательного процесса, направлена на достижение следующих результатов:

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2013 г.).

Актуальность программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

Новизна данной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия русского народа.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Целесообразность программа «Подвижные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Занятия проводятся на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

Цели программы:

- Здоровьесбережение младших школьников;
- Развитие ловкости, быстроты, силы;
- Освоение культурного наследия русского народа.

Задачи:

Образовательные:

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству.
- Расширение кругозора младших школьников.

Развивающие:

- Развитие познавательного интереса к русским народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Отличительной чертой данной программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы, учащиеся 1-4 классов (7 – 11 лет).

Сроки реализации образовательной программы – 4 года обучения

- 1-4 год обучения – 2 часа в неделю. во 2 классах – 68 учебных часов год.

Ведущей формой организации обучения является **групповая**.

Продолжительность занятий:

1- 4 год обучения – 2 раза в неделю по 1 часу (академическому)

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами программы «Игротека» по спортивно-оздоровительному направлению является формирование 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.

Метапредметными результатами программы «Игротека» по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;
- осуществлять взаимный контроль.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;

- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- формулировать собственное мнение и позицию;
- ориентироваться на партнёра, стремиться к сотрудничеству (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Предметные результаты программы внеурочной деятельности.

Первостепенным результатом реализации программы «Игротека» является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития навыков, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие:

- 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;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- 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.

умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Игротека» для 1-4 классов составлена с учётом возрастных особенностей обучающихся начальной школы, состоит из трёх разделов, рассчитана на проведение 2 часа в неделю, 68 часа в год (для 2 классов).

Раздел 1. Общеразвивающие игры (17 час.)

Данный раздел позволяет педагогу выявить у своих подопечных потенциальные возможности и интересы. Помочь им их реализовать. Игра – это хорошая возможность для организации межличностных отношений в классе, возможность свободного самоопределения и самореализации, ориентация на личностные интересы, потребности, способности ребенка. Любая игра строиться на принципе единства – единство обучения, воспитания, развития.

Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты (18 час.)

Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков, формированию осанки, вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

Раздел 3. Подвижные игры на Лыжах (15 часов.)

Упражнения, включенные в раздел, способствуют развитию координации ловкости, выносливости. Игры и упражнения, проводимые на улице, создают закаливающий эффект.

Раздел 4. Русские народные игры (18 час.)

Очень важно обогатить детей запасом движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев двигательными элементами, дети смогут самостоятельно организовать и проводить игры.

Содержание курса внеурочной деятельности	Формы организации	Характеристика основных видов деятельности учащихся
Раздел 1. Общеразвивающие игры (17 час.)		
Игры на ориентирование в пространстве (7ч.): «Ворота», «Встречный бой», «Вытолкни за круг», «Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».	Коллективная игра	Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Осуществлять взаимный контроль, оценивать взаимное поведение при перемещении, оказывать взаимопомощь; Выбирать эффективные способы решения поставленных задач, контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, поиск новых форм для решения поставленных задач, уметь

		договариваться о распределении функций и ролей, задавать вопросы, уметь слушать собеседника.
<p>Игры с предметами (10ч.)</p> <p>Игры со скакалками: «Найди жгут», «Скакалочка», «Салки-выручалки», «Альпинисты».</p> <p>Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки»</p>	Беседа, коллективная игра	Мотивация учебной деятельности, развитие эстетической потребности, уважительного отношения к иному мнению, ориентироваться в разнообразии способов задач, самостоятельно решать проблему; Уметь формулировать и удерживать учебную задачу, выбрать действие в соответствии с поставлено задачей, адекватно воспринимать предложение учителя, творчески подходить к решению поставленных задач.
Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты (18 ч.)		
<p>Подвижные игры (6ч.)</p> <p>«Прыжки по кочкам», « Кто быстрее встанет в круг»,</p> <p>«Прыгающие воробушки»,</p> <p>« Конники-спортсмены», «Удочка», « Салки с прыжками», «К своим флажкам»</p>	Загадки, беседа, коллективная игра	<p>Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, перемещаться в ограниченном пространстве, совершенствовать быстроту реакции, скоростные способности, выносливость.</p> <p>Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры.</p> <p>Умение планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия.</p> <p>Преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.</p> <p>Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Устанавлива</p>

		ть цели. Концентрация воли для преодоления физических нагрузок, стабилизация эмоционального состояния.
Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий (3ч.) «Найди жгут», «Бег сороконожек», «12 палочек», «Два мороза»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра	Контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, уметь договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено. Развивать уважительное отношение к иному мнению, стремиться к сотрудничеству, уметь составить план самостоятельных действий.
Эстафеты с баскетбольными мячами (3ч.) «Метко в цель», «Мяч соседу», «Подвижная цель», «Передал -садись»	Командные соревнования	Выбирать действие в соответствии с поставлено задачей, ориентироваться в разнообразии способов обучения, применять различные способы самоконтроля. Проявление активности для решения познавательных задач, умение использовать общие приемы, умение анализировать информацию, использовать сравнение и обобщение. Умение использовать общие приемы, анализировать информацию, использовать сравнение и обобщение, контролировать эмоциональное состояние.
Раздел 3. Игры на лыжах (15ч.) Игра "Гонка с гандикапом"	Беседа, викторина, коллективная	организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

<p>Игра "Биатлон" Игра "Завладей палкой", "Упряжки" "С горки и на горку", "Гусенница" Игра "Биатлон" Игра "Четыре угла"со скандинавскими палками. Игра "Штурм горы" "Упряжка" Игра "Пустое место", "Четыре угла" Игра "Завладей палкой", Лыжная ширенга" Игра "Гонка с гандикапом" Игра "С горки и на горку", Упряжки" Игра "Штурм горы", "Гусенница" Игра "Лыжный поезд", "Веер" Игра "Пустое место", "Четыре угла" Игра "Лыжный хоровод", "Солнышко"</p>	<p>игра, групповая игра</p>	<p>- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;</p> <p>- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;</p> <p>- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;</p>
--	---------------------------------------	--

Раздел 4. Народные игры (18 ч.)

<p>Хороводные игры (1ч.) «Плетень», «Ручеёк»</p> <p>Сюжетные игры (4ч.) «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки», «Пятнашки», «Фанты»</p>	<p>Беседа, викторина, коллективная игра, групповая игра</p>	<p>Получат представления об особенностях русских народных игр. Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, развивать двигательные и скоростные способности.</p> <p>Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>Оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых корректировок.</p> <p>Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.</p>
<p>Русские народные игры(3ч.) «Горелки», « Лапта», «Штандр»</p>	<p>Беседа, спортивный праздник</p>	<p>Осознание своей этнической принадлежности, мотивация учебной деятельности, исходя из чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и</p>

5. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса.

- Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, - В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007. – 128 с.

- Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. - М.: Просвещение, 2007 г. – 128с.

- Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с.

- Подвижные игры учащихся. М.: Учпедгиз, 2007. – 106с.

- Степанова О.А. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. – Баласс, 2012 г. – 124с

Внеурочная деятельность

"Игротека" Календарно – тематическое планирование.

2 классы

Физическая культура

Тема 1 Игры на ориентирование в пространстве.

Урок 1 Техника безопасности при проведении подвижных игр. Угадай чей голосок.

Урок 2 Игры "Ворота", "Четыре стихии"

Урок 3 Игры "Встречный бой", "Вызов номеров"

Урок 4 Игры "Выталки за круг". "Карлики и великаны"

Урок 5 Игра на местности "Следопыт"

Тема 2 Игры с бегом

Урок 6 Игры "Медведи на льдине". " Светофор"

Урок 7 Игры "Невод", "Третий лишний"

Урок 8 Игры " Два мороза", "Пустое место"

Урок 9 Игры "Медведи на льдине", "Третий лишний"

Урок 10 Игры " Невод", "Штандер стоп"

Урок 11 Игры "Невод", Штандер стоп".

Урок 12 Эстафеты с перебежками.

Урок 13 Игры "Два мороза", " Пустое место"

Тема 3 Игры с прыжками

Урок 14 Игры "Попрыгунчики воробышки", " Удочка"

Урок 15 Игры "Воробушки и кот", "Болото".

Урок 16 Игры "Магический квадрат", "Удочка".

Урок 17 Игры "Попрыгунчики воробышки", "Камень, ножницы, бумага".

Урок 18 Эстафеты с прыжками".

Тема 4 Игры с предметами

Урок 19 Игры "Найди жгут", Бег сороконожек".

Урок 20 Игры "Скакалочка", " 12 палочек".

Урок 21 Игры "метко в цель", "Охотники и утки".

Урок 22 Игры "Тише едешь дальше будешь".

Урок 23 Игры "Снайпер"
Урок 24 Игры "Облака и тучи", "Загони тучу в дом".

тема 5 Игры с мячами

Урок 25 Игры "Не упусти мяч", "Чемпионы мяча".
Урок 26 Игры "Метко в цель", "Мяч соседу".
Урок 27 Игры "Гонка мячей", "Передал садись".
Урок 28 Игры "Подвижная цель", "Не давать мяч водящему".
Урок 29 Эстафеты с передачей и ловлей мяча".
Урок 30 Эстафеты с ведением и бросками мяча".

Тема 6 Игры с элементами гимнастики

Урок 31 Игра "Море волнуется", "охота за лисами"
Урок 32 Игра "Перебежки под скакалкой"
Урок 33Игра "Четыре стихии", "Чехарда"
Урок 34Игра "Совушка", "Построй пирамиду"
Урок 35 Эстафета "Муравейник"

Тема 7 Игры на лыжах

Урок 36Игра "Гонка с гандикапом"
Урок 37 Игра "Биатлон"
Урок 38 Игра "Завладей палкой", "Упряжки"
Урок 39 Игра "С горки и на горку", "Гусенница"
Урок 40 Игра "Биатлон"
Урок 41 Игра "Четыре угла"со скандинавскими палками.
Урок 42 Игра "Штурм горы" "Упряжка"
Урок 43 Игра "Пустое место", "Четыре угла"
Урок 44 Игра "Завладей палкой", Лыжная ширенга"
Урок 45 Игра "Гонка с гандикапом"
Урок 46 Игра "С горки и на горку", Упряжки"
Урок 47 Игра "Штурм горы", "Гусенница"
Урок 48 Игра "Лыжный поезд", "Веер"
Урок 49 Игра "Пустое место", "Четыре угла"
Урок 50 Игра "Лыжный хоровод", "Солнышко"

Тема 8 Народные игры

Урок 51 Игры "Плетень", "Ручеёк"
Урок 52 Игры "Гуси лебеди"
Урок 53 Игры "Жмурки"
Урок 54 Игры "Платочек"
Урок 55 Игры "Невод"
Урок 56 Игры "Съедобное, не съедобное"
Урок 57 Игры "Гуси лебеди", "Платочек"
Урок 58 Игры "Невод", Плетень"
Урок 59 Игры "Жмурки", Ручеёк"
Урок 60 Игры "Пятнашки"
Урок 61 Игры "Фанты"
Урок 62 Игры "Казачьи разбойники"
Урок 63 Игры "Лапта"
Урок 64 Игры "Городки"
Урок 65 Игры "Казачьи разбойники"
Урок 66 Игры "Цепи кованые"
Урок 67 Игры "Лапта"
Урок 68 Игры "Городки", "Цепи кованые"

