

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Чувашской Республики
Отдел образования администрации Ядринского муниципального округа
МБОУ "Балдаевская СОШ"

РАССМОТРЕНО

на заседании СП

Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МБОУ
"Балдаевская СОШ"

_____ Андреева Т.Н.
Приказ №158 от 30.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВД
«Подвижные игры», 1,2 классы

Направленность программы: спортивно-оздоровительная.

Автор-составитель: учитель начальных классов Шуверова М.Г.

Содержание рабочей программы.

1. Планируемые результаты изучения курса.
2. Содержание курса.
3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

1.Планируемые результаты изучения курса

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 1-4 класса должны:

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о народной игре как средстве подвижной игры;
- об играх разных народов;
- о соблюдении правил игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры

Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;

- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

2. Содержание учебного курса

1, 2 классы

Основы знаний о народной подвижной игре.

- Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.
- Общее и различие в правилах игр различных народов и народностей России. Понятие правил игры. Выработка правил.

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

- Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек. Понятие команды в подвижных играх

Игры с бегом и перебежками

- Перебежки с выручкой;
- Двенадцать палочек;
- Выбивалы;
- Два мороза
- Гуси-лебеди
- Кондолы

Игры с мячом

- Лапта;
- Свечка
- Эстафеты с мячом

Игры с прыжками

- Прыжки через препятствия
- Удочка
- Эстафеты с прыжками

Народные игры

- Украинская игра –Аисты
- Литовская игра –Квинта
- Африканские салки по кругу
- Узбекская игра –Канатоходцы
- Игра – Съедобное –несъедобное
- Игра- Колечко

Промежуточная аттестация

- Фестиваль подвижных игр

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

1, 2 классы

№ занятия	Раздел	Тема занятия	Количество часов	Дата	
				календарь	факт
	Основы знаний о народной		1		

	подвижной игре				
1		<p>- Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.</p> <p>- Общее и различие в правилах игр различных народов и народностей России. Понятие правил игры. Выработка правил.</p> <p>Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!</p> <p>- Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек. Понятие команды в подвижных играх</p>	1		
	Игры с бегом и перебежками		10		
2		- Перебежки с выручкой;	1		
3		- Перебежки с выручкой;	1		
4		Двенадцать палочек;	1		
5		Двенадцать палочек;	1		
6		Выбивала	1		
7		Выбивалы	1		
8		Выбивалы	1		
9		Гуси-лебеди	1		
10		Два мороза	1		
11		Кондолы	1		
	Игры с мячом		8		
12		Лапта;	1		
13		Лапта	1		
14		Лапта	1		
15		Свечка	1		
16		Свечка	1		
17		Эстафеты с мячом	1		
18		Эстафеты с мячом	1		
19		Эстафеты с мячом	1		
	Игры с прыжками		5		
20		Прыжки через препятствия	1		
21		Прыжки через препятствия	1		
22		Удочка	1		
23		Удочка	1		
24		Эстафеты с прыжками			
	Народные игры		9		
25		Украинская игра -Аисты	1		

26		Украинская игра -Аисты	1		
27		Литовская игра -Квинта	1		
28		Литовская игра -Квинта	1		
29		Африканские салки по кругу	1		
30		Африканские салки по кругу	1		
31		Узбекская игра -Канатоходцы	1		
32		Промежуточная аттестация: фестиваль подвижных игр	1		
33		Игра – Съедобное -несъедобное	1		
34		Игра- Колечко	1		