

государственное бюджетное образовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа с. Большой Толкай муниципального района
Похвистневский Самарской области

Рассмотрено на заседании МО
ГБОУ СОШ с. Большой Толкай
Протокол № 1 от 30.08. 2018 г.

Согласовано:

Зам. директора по УВР:

 /Марухова Н. Ю./

Утверждаю:

Директор школы

 /Бочарова Е. И/



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре (подвижные игры) для ступени начального общего образования
на 2018-2019 учебный год
2 класс –34 часа, 1 ч. в неделю

Составлена: учителем начальных классов Рябовой Г..А.

2018 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В. И. Лях и А. А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2011 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации;

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, получении внешней информации, дает приятную физическую нагрузку. Педагоги всех времен отмечали, что игра оказывает благотворное влияние на формирование детской души, развитие физических сил и способностей.

Игра помогает находить выход из неожиданных положений, намечать цель, взаимодействовать с товарищем, проявлять ловкость и быстроту, силу и выносливость.

Игра обеспечивает гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния.

Исследователи игровой деятельности поддерживают ее уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в формировании умения ориентироваться в окружающей нас действительности.

По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития.

Данная программа включает игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Программа состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседы с учащимися на темы предусмотренные программой, показ изучаемых элементов, подвижных игр, просмотр презентаций. В данной программе предусматривается проведение специальных теоретических занятий на следующие темы: «Утренняя гимнастика», «гигиена», «правильная осанка». А так же изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Двигательный опыт учащихся обогащается подвижными и спортивными играми, гимнастическими упражнениями.

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта второго поколения и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 2 класса. Рассчитана программа на 34 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками.

Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме урока, ограниченного временем (30) в системе целого учебного дня 1 раз в неделю.

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка.

Особенности набора детей – учащиеся 2 класса с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

Формы занятий – в форме урока, беседы, урок-фестиваль, урок путешествия, урок-соревнования

Цель: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.

Дети научатся: Активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

знать:

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры; - уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Ожидаемый результат:

- у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

Содержание программы

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо...», « Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел Русские народные игры: «У медведя во бору», «Кот и мыш», «Горелки», «Большой мяч», Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», Наседка и коршун», «Удар по веревочке»

Подвижные игры: “Волк во рву,” “Салки”, “Класс смирно!”, “Запрещенное движение, “К своим флажкам”, “Карлики и великаны”, “Найди себе пару”, “У ребят порядок строгий”, «Кочка, дорожка, копна» ,«Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», " «Космонавты", «Зайцы в огороде».

Игры на развитие памяти, внимания, воображения «Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», орудия с использованием скороговорок., «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».

Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками.

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры»

**Календарно-тематическое планирование
Физическая культура (подвижные игры)
2 класс. 34 часа – 1 час в неделю**

Урок	Тема	Кол-во часов (ч)	Развитие и формирование качеств у учащихся
Раздел. Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи (6 ч)			
1	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	1	Формирование понятий о мире движений, их роли в сохранении здоровья
2	Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны», «Запомни- порядок»	1	Развитие внимания и памяти
3	Игры на развитие памяти	1	Развитие внимания и памяти
4	Игры на развитие воображения.	1	Развитие воображения, речи

5	Игры на развитие памяти	1	Развитие ловкости и внимания памяти
6	Игры на развитие мышления и речи.	1	Развитие внимания, памяти и речи
Раздел 2. Народные игры (6 ч)			
7	«У медведя во бору», «Горелки»	1	Развитие ловкости, быстроты, внимания
8	«Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	1	Развитие ловкости, быстроты, внимания
9	«Горелки», «Наседка и коршун»	1	Развитие ловкости, быстроты
10	«Кот и мышь» «Локомотив»	1	Развитие ловкости, быстроты, внимания
11	«Большой мяч», «Укротитель зверей»	1	Развитие ловкости, быстроты, внимания
12	« Удар по веревочке»	1	Развитие быстроты и ловкости
Раздел 3. Подвижные игры (15 ч)			
13	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»	1	Формирование ЗОЖ. Развитие ловкости, быстроты, внимания
14	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	1	Развитие ловкости, быстроты, внимания
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом	1	Формирование понятий сила , быстрота, ловкость.
16	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка»	1	Развитие глазомера и точности движений
17	Весёлые старты со скакалкой	1	Развитие прыгучести и ловкости;
18	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	1	Развитие скоростных качеств
19	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	1	Укрепление осанки
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»	1	Развитие скоростных качеств
21	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель»	1	Развитие глазомера и точности движений
22	Эстафеты с санками и лыжами	1	Развитие скоростных качеств
23	Игры на лыжах «Биатлон»	1	Развитие глазомера и точности движений
24	Игры зимой: «Охота на куропаток»	1	Развитие выносливости и ловкости
25	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	1	Развитие силы и ловкости
26	Игра «Салки с мячом»	1	Развитие быстроты, внимания
27	Игра «Прыгай через ров»	1	Развитие координации движений
Раздел 4. Спортивные игры (3 ч)			
28	Футбол		Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты

29	Футбол		
30	Футбол		
Раздел 5. Спортивные праздники (4 ч)			
31	Спортивный праздник	1	Развитие силы и ловкости
32	Олимпийские игры	1	Развитие силы и ловкости
33	Большие гонки	1	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты
34	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»	1	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты
Итого		34	