

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Республики Мордовия

Администрация Зубово-Полянского муниципального района

МБОУ "Явасская СОШ "

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по ВР  
Т.В. Грушина  
«27» августа 2025г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом МБОУ «Явасская СОШ»  
от 29.08.2025г. №180-од

**Рабочая программа  
внеклассной деятельности  
«Подвижные игры»**

спортивно-оздоровительное направление  
для 2 класса

на 2025-2026 учебный год

**Составитель:**

Гурина Валентина Владимировна,  
учитель начальных классов

п. Яvas

## **1. Пояснительная записка.**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» для учащихся 2 классов разработана в соответствии с требованиями:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;
2. ООП НОО МБОУ «Явасская СОШ» с учётом рабочей программы воспитания (п. 19.5 ФГОС НОО, п. 31.1 ФГОС НОО – 2021, п. 18.2.2 ФГОС ООО, п. 32.1 ФГОС ООО=2021, п. 18.2.2 ФГОС СОО);
3. Авторской программы: «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов». / В.И. Лях, А.А. Зданевич - Москва: Просвещение, 2012

### **Цели и задачи курса внеурочной деятельности.**

#### **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.

## **Связь рабочей программы учебного курса «Подвижные игры» с программой воспитания**

Рабочая программа учебного курса «Подвижные игры» ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в рабочей программе воспитания МБОУ «Явасская СОШ» на уровне НОО. Предмет способствует созданию благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников и прежде всего ценностных отношений:

- К истории традициям физической культуры и спорта народов России;
- к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
- к здоровью как залогу долгой и активной жизни человека , его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
- формированиииинтересакрегулярнымзанятиямфизическойкультуройиспортом;
- осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья;
- организации активного отдыха и досуга.

## **2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **Игры с бегом.**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега  
*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробы»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флагкам». Игра «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место».

Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробыи-попрыгунчики».

### **Игры с прыжками.**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.  
Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки спорвотом»

### **Игры с мячом.**

*Теория.* Правила безопасного поведения при играх с мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча.

Метание мячаИгра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»

- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.

Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

### **Игры малой подвижности.**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

### **Зимние забавы.**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

*Практические занятия:*

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

### **Эстафеты.**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки

*Практические занятия:*

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Выносы».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

### **Народные игры.**

*Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п		Кол-во часов	Формы деятельности	Виды деятельности
1	Подвижные игры с бегом	6	Игры Эстафеты	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся. Формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.
2	Подвижные игры с прыжками	4	Игры Соревнования	
3	Подвижные игры с мячом	6	Игры Эстафеты	
4	Игры малой подвижности	4	Беседы Игры	
5	Зимние забавы.	4	Игры Эстафеты	
6	Эстафеты	5	Соревнования Эстафеты	
7	Народные игры	5	Игры	
Всего		34		

#### 4. Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Темы	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Инструктаж по ТБ. Игра «Вороны и воробы».	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/</a>
2	Игра «Совушка».	1			
3	Игра «День и ночь».	1			
4	Игра «Вызов номеров»	1			
5	Игра «Два мороза».	1			
6	Игра «Воробушки».	1			
7	Игра «Салки на одной ноге».	1			
8	Игра «Кто выше».	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/</a>
9	Игра «Пингвины с мячом».	1			
10	Игра «Поймай лягушку».	1			
11	Игра «Свечи».	1			
12	Игра «Передал – садись».	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/</a>
13	Игра «Охотники и утки».	1			
14	Игра «Рак пятится назад».	1			
15	Игра «Кто самый меткий».	1			
16	Игра «Не упусти мяч».	1			
17	Игра «Лепим сказочных героев».	1			
18	Игра «Лепим снежную бабу».	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/</a>
19	Игра «Санные поезда».	1			
20	Игра «Езда на перекладных».	1			
21	Игра «Карлики и великаны».	1			
22	Игра «Кошка и мышка».	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/</a>
23	Игра «Чемпионы скакалки».	1			
24	Игра «На новое место».	1			
25	Эстафеты «Бег сороконожек».	1			
26	Эстафеты «Бег по кочкам».	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/</a>

27	Эстафеты «Скорый поезд».	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/</a>
28	Эстафеты обручами.	1			
29	Эстафеты с мячами.	1			
30	Игра «Чехорда».	1			
31	Игра «Бегунок».	1			
32	Игра «Верёвочка».	1			
33	Игра «Котел».	1			
34	Игра "Дедушка - сапожник".	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

## **5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

*Духовно-нравственное воспитание:*

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- ценностно-смысовых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, социальные компетенции, правосознание, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося;

*Ценности научного познания:*

- сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысллаучения;
- развития навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях

*Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

- доброжелательное отношение друг к другу, эмоционально-нравственная отзывчивость, понимание и сопереживания чувствам других людей;
- навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- установки на безопасный, здоровый образ жизни

*Гражданско-патриотическое воспитание:*

- формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирования уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

*Эстетическое воспитание:*

- формирования эстетических потребностей, ценностей и чувств; развития этических качеств.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

К концу обучения во **2 классе** у обучающегося формируются следующие УУД.

**Познавательные УУД:**

*1) Базовые логические действия:*

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;

*2) Базовые исследовательские действия:*

- структурирование знаний;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

**Регулятивные УУД:**

*Самоорганизация:*

- целеполагание — как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, чтоуже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;
- планирование — определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
- прогнозирование — предвосхищение результата и уровня усвоения; еговременных характеристик;

*Самоконтроль:*

- контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданнымэталоном с целью обнаружения отклонений от него;
- коррекция — внесение необходимых дополнений и корректив в план и способдействия в случае расхождения ожидаемого результата действия и его реального продукта;

*Самооценка:*

- оценка — выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, оценивание качества и уровня усвоения;
- саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии; способность к волевому усилию – выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий.

**Коммуникативные УУД:**

*Совместная деятельность:*

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение целей, функций участников, способов взаимодействия; постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешение конфликта, принятие решения и его реализация;

*Общение:*

- управление поведением партнера — контроль, коррекция, оценка действий партнера;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- правилам игр и уметь организовать подвижные игры (5-6);
- способам сохранения и укрепление здоровья;
- соблюдению общепринятым правилам в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- правилам проведения закаливающих процедур;
- правилам использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;
- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.
- знаниям о влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значению физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- объяснять правила игры своим товарищам;
- выполнять правила игры;
- выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами;
- вводить мяч из - за боковой;
- выполнять броски и ловлю мяча различными способами;
- выполнять футбольные упражнения, стойку баскетболиста и волейболиста;
- выполнять ведение мяча на месте, в движении, правой и левой рукой;
- участвовать в эстафетах;
- бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами;
- играть в подвижные игры;
- соблюдать правила техники безопасности.
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- заботиться о своем здоровье;
- демонстрировать позитивное отношение к участникам игры.

## **6. ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

<https://resh.edu.ru/subject/9/6/>

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

#### **УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Кольцо баскетбольное

Мяч баскетбольный (размер 3-5)

Мяч волейбольный

Мяч малый для метания

Теннисные мячи для метания

Мяч для настольного тенниса

Ракетка для настольного

теннисаСетка

Мат

гимнастический

Манишки

Конус

Скакалка

гимнастическаяОбруч

Стенка гимнастическая