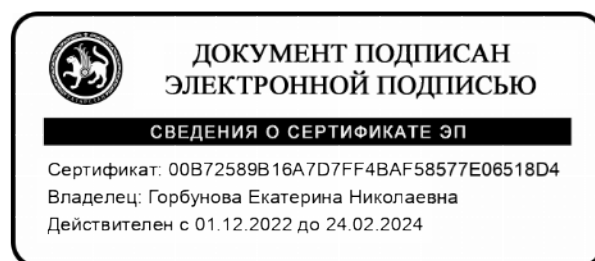


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ямашская основная общеобразовательная школа»
Альметьевского муниципального района Республики Татарстан**

Рассмотрено
Руководитель ШМО
_____/Ахметова Л.Р./
Протокол № ____ 1 ____
от « 28 » 08 2023 г.

Согласовано:
Заместитель директора по УВР
_____/Осипова Л.А./
от « 28 » 08 2023г.

Утверждаю
Директор
МБОУ «Ямашская ООШ»
АМР РТ
_____/Горбунова Е.Н./
Приказ № 150
от «31 » 08 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебного курса по спортивно-оздоровительному направлению

«Озорные мячики»

(подвижные игры)

2 – 4 класс

Варламова Анна Викторовна

2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность.

Во всестороннем развитии человека важное место занимает его физическое воспитание в детстве. С раннего детства закладываются основы здоровья, физического развития формируются двигательные навыки. Дети с большим удовольствием занимаются физкультурой, любят подвижные игры. Высшей формой обычных подвижных игр являются спортивные игры – футбол, баскетбол, волейбол, ручной мяч, бадминтон. Игры имеют огромное значение в решении образовательных и воспитательных задач. Они способствуют развитию точности, ловкости движений, глазомера, ориентации в пространстве. В игре детям приходится быстро принимать решения, что способствует развитию мышления, быстроты двигательной реакции на зрительные и слуховые сигналы. В ходе спортивных игр у детей формируются положительные нравственно-волевые черты характера. Обязательное соблюдение правил в играх способствует воспитанию выдержки, честности, дисциплины, ответственности перед командой, умению считаться с другими.

Дети, знакомясь со свойствами мяча, выполняя разнообразные действия с ним, получают нагрузку на все группы мышц (спина, брюшной пресс, ноги, руки, кисти) – активизируется весь организм. Даже простое подкидывание мяча вверх заставляет ребёнка выпрямляться, что благотворно влияет на осанку.

Можно сказать, что игры с мячом – специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать и перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке.

Такие игры и упражнения развивают ориентировку в пространстве, глазомер, ловкость, быстроту реакции, регулируют силу и точность броска; нормализуют эмоционально – волевою сферу. Что особенно важно как для малоподвижных, так и для гипер возбудимых детей. Кроме того, они развивают мышечную силу, улучшают обмен веществ, усиливают работу важнейших органов – лёгких, сердца.

Цель:

совершенствование двигательной деятельности детей на основе формирования потребности в движениях.

Задачи:

- на основе определения физической подготовленности и состояния здоровья применять индивидуальный подход в физическом развитии и выявлении двигательных интересов каждого ребёнка.
- выявить физиологическую и психологическую предрасположенность каждого дошкольника к тому или иному виду спорта.
- научить детей играть активно и самостоятельно;
- вырабатывать умение в любой игровой ситуации 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;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.
- выработать устойчивые навыки владения своим телом с целью сохранения жизни и здоровья в различных нестандартных ситуациях, которые могут произойти в их жизни.
- сформировать у учащихся представления о здоровом образе жизни и выработать устойчивые навыки самостоятельной организации жизнедеятельности, в которой его любимый вид спорта станет неотъемлемой частью поведения.

Программа рассчитана на учащихся 2- 4 ых классов 1 час в неделю 34 часа в год.

Учитель в системе реализации программы.

В программу включены не только мероприятия для организации и проведения спортивных и подвижных игр, но и информационно-практический материал по истории происхождения и развития различных спортивных видов деятельности. В программу включены комплексные гимнастические упражнения, пальчиковые игротренинги, комплекс упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки. Данная программа направляет усилия педагогов на то, как помочь ребёнку найти себя в движении. В основе этой концепции лежит взаимосвязь обучения ребёнка с его физическим и психическим состоянием. Большое внимание в программе уделено положительной эмоциональной окрашенности физической деятельности.

Результаты освоения программного материала оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно **личностными, метапредметными и ожидаемыми результатами.**

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Ожидаемые результаты.

В результате освоения программы учащиеся должны достигнуть следующего уровня.

Знать и иметь представление:

- об истории зарождения и развития физической культуры и спорта;
- о способах и особенностях движений, передвижений;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки;

Уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- играть активно и самостоятельно;
- в любой игровой ситуации 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;
- владеть своим телом с целью сохранения жизни и здоровья в различных нестандартных ситуациях, которые могут произойти в их жизни;
- взаимодействовать с ребятами в процессе занятий.

Анализ результатов освоения программы осуществляется следующими способами:

- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- итоговый контроль умений и навыков;

- контроль за состоянием здоровья: количество острых заболеваний в год, показатели физического развития, группа здоровья.

Итоги реализации программы: беседы, выполнение контрольных упражнений (тестов), праздников.

Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование).

Материально-техническое обеспечение учебного процесса:

- оснащение спортивного зала;
- учебно-методическая литература;
- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки, с описанием комплексов упражнений, альбомы, фотографии;
- спортивный инвентарь (мячи разного диаметра, веса, скакалки, гимнастические палки, гантели, фитбол мячи, кубики, кегли).

Содержание учебного материала для 2 классов.

Содержание данного курса - это, прежде всего, единство игровой и познавательной деятельности. Именно в игре, насыщенной ярким познавательным материалом, дети развиваются в интеллектуальном плане, проявляют себя эмоционально. Содержание групповых занятий можно дополнять новыми темами, более интересными новыми упражнениями, которые будут востребованы детьми.

- **Беседа.**
- «Поведение в школе, в спортивном зале, техника безопасности». Игры «Садовник», «Картошка».
- **«Умеем ли вы вести здоровый образ».**
- Диагностика здоровья.
- **«Канатоходец», «Красный свет - зеленый свет», «Не давай мяч водящему» и т. д.**
- Игры средней подвижности. «Доскажи словечко». Оздоровительная минутка.
- **«Весёлые старты».**
- Эстафеты со скакалкой. Игра с воздушным мячом.
- **«Папа, мама, я – спортивная семья».**
- Семейный спортивный праздник.
- **«Горелки».**
- Разучивание игры.
- **Игра «Салки», «Ручеёк», «Волк и коза», «Аленький цветочек».**
- Хороводные игры (знакомство с русскими народными играми).
- **Эстафеты с мячом.**
- «Визитка», «Спортивная ходьба», «Змейка», «Ведение мяча», «Кенгуру».
- **«Богатырская силушка».**
- Праздник к 23 февраля. Весёлые конкурсы для мальчиков.
- **«Море волнуется – раз».**
- Игра с элементами ОРУ
- **Подвижные игры по выбору детей.**
- **Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!**
- Правила игры. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.
- **«Запрещённое движение» «Непослушная скульптура», «Зелёный, красный, жёлтый».**
- Игры на развитие внимания.

- **Подвижные игры на свежем воздухе.**
- Игры с мячом. Игра «Краски», «Волк и овцы».
- **Спортивный праздник «Быстрее, выше, сильнее!»**
- Игры, эстафеты, Весёлые минутки. Считалки.
- **Чему мы научились и чего достигли.**
- Диагностика в конце года.

Содержание учебного материала для 3 - 4 классов

Беседа.

«Поведение в школе, в спортивном зале, техника безопасности».

«Умеете ли вы вести здоровый образ».

Диагностика здоровья.

«Не давай мяч водящему» и игры, подводящие к баскетболу, волейболу, футболу.

Игры средней подвижности. «Доскажи словечко». Оздоровительная минутка.

«Весёлые старты».

Эстафеты со скакалкой. Игра с воздушным мячом.

«Папа, мама, я – спортивная семья».

Семейный спортивный праздник.

Эстафеты с мячом.

«Визитка», «Спортивная ходьба», «Змейка», «Ведение мяча», «Кенгуру».

«Богатырская силушка».

Праздник к 23 февраля. Весёлые конкурсы для мальчиков.

Подвижные игры по выбору детей.

Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!

Правила игры. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.

«Запрещённое движение» «Непослушная скульптура», «Зелёный, красный, жёлтый».

Игры на развитие внимания.

Подвижные игры на свежем воздухе.

Спортивный праздник «Быстрее, выше, сильнее!»

Игры, эстафеты, Весёлые минутки. Считалки.


Чему мы научились и чего достигли.

Диагностика в конце года.

Лист согласования к документу № 29 от 09.10.2023
Инициатор согласования: Горбунова Е.Н. Директор
Согласование инициировано: 09.10.2023 11:42

Лист согласования

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Горбунова Е.Н.		 Подписано 09.10.2023 - 11:42	-