

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кировской области

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Основная общеобразовательная школа №1» города Кирова

Рассмотрено

на заседании

педагогического совета

Протокол №1 от 29.08.2023 г.

Утверждено

Директор основной

школы №1 г. Кирова

_____ Борисова Н.И.

Приказ №143 от 31.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Основы двигательной активности»

для 2 класса начального общего образования

на 2023-2024 учебный год

Составитель: Патрушева Ирина Витальевна
учитель начальных классов

Город Киров 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа начального общего образования «Основы двигательной активности» составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА «Основы двигательной активности»

Программа интегрированного курса «Основы двигательной активности» рассчитана на учащихся второго класса начальной школы и достижение первого уровня результатов.

Данная программа тесно связана с программами по физической культуре Егорова Б.Б., Пересадына Ю.Е., Ляха В.И.

На первых порах совместно с учителем ученики выполняют репродуктивные задания, позволяющие им понять суть подвижных игр, затем наступает черёд продуктивных заданий, в рамках которых ученики пробуют применить полученные знания в новой ситуации (в новых играх, упражнениях).

Наконец, учащиеся самостоятельно используют полученные знания, умения в различных жизненных ситуациях.

Программа нацелена на формирование личностных результатов, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий.

Дает возможность ребёнку убедиться в необходимости быть здоровым.

Пути, средства, методы достижения цели.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Основопологающие педагогические принципы программы:

- реализации потребности детей в двигательной активности;
- учета специфики двигательных занятий;
- комплексном подходе к укреплению и сохранению здоровья учащихся;
- постепенном усилении физической и мышечной нагрузки;
- разнообразной физической деятельности учащихся;
- преемственности урочных и внеурочных работ.

Средства достижения цели:

1. Аудиовизуальные
2. Электронные образовательные ресурсы
3. Наглядные
4. Демонстрационные

Методы достижения цели:

- групповой метод;

- практический метод;
- познавательная игра;
- ситуационный метод;
- игровой метод;
- соревновательный метод и др.

Формы организации деятельности:

Ведущими формами организации деятельности предполагаются: экскурсии; практические занятия; сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра; просмотр и обсуждение видеоматериала; беседы по воспитательным эффектам подвижных игр;

Форма организации деятельности в основном – коллективная и групповая.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «Основы двигательной активности»

Программа направлена на:

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями,
- расширение межпредметных связей, формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов.

Цель: воспитание у учащихся 2-х классов основ здорового образа жизни посредством подвижных игр.

Задачи:

- устранение мышечной скованности, снятие физической и умственной усталости;
- удовлетворение суточной потребности в физической нагрузке;
- формирование установок здорового образа жизни;
- укрепление и развитие дыхательного аппарата и организма детей;
- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- воспитание и формирование лидерских качеств личности, способной взаимодействовать в команде;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.

Результаты решения выше перечисленных задач определяются **в игровой форме.**

Сроки реализации программы.

На реализацию курса «Основы двигательной активности» во 2 классе отводится 34 ч. в год (1 час в неделю).

Режим занятий: продолжительность одного занятия в первом классе –40 мин.

Результатом занятий подвижными играми является освоение учащимися основ физкультурной деятельности, развитие личностных качеств учащихся: самостоятельность, наблюдательность, терпеливость, доброжелательность и др.

Содержание учебного предмета

1. Подвижные игры рассматриваются в качестве одного из важных средств физического воспитания.

Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Используются такие игры как: игры «Волк во рву», «Горелки», «День ночь», «Вызов номеров» и т.д.

2. Беседы

Беседа «Техника безопасности на занятиях»

Беседа «Физическая активность»

3. Тренировки как основа физической подготовки второклассников.

Планируемые результаты

Содержание внеурочного курса «Основы двигательной активности» направлено на воспитание таких качеств личности, которые во многом обуславливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека, а также на развитие различных форм двигательной активности для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

По окончании изучения курса «Основы двигательной активности» во втором классе начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

Базовым результатом освоения интегрированного курса «Основы двигательной активности» является не только активное развитие физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности и направлена на достижение первого уровня результатов – приобретение школьниками социальных знаний, установок на здоровый образ жизни, методы укрепления здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма, на совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм и физическим упражнениям, формирование общих представлений о режиме двигательной ак-

тивности, его значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, воспитание и формирование лидерских качеств личности, способной взаимодействовать в команде; развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.

Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

В число универсальных компетенций, формирующихся в начальной школе в процессе освоения учащимися курса «Основы двигательной активности» с общеразвивающей направленностью, входят:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль

в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

– готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

– овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

– формирование первоначальных представлений о значении двигательной активности для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Учебно-тематический план программы

№	Название раздела	Часы аудиторных занятий	Часы внеаудиторных	Общее количество часов занятий (не менее 50%)
1.	Техника безопасности на занятиях	1	0	1
2.	Основы теоретических знаний	1	0	1
3.	Общая физическая подготовка		10	10
4.	Подвижные игры		22	22
Итого:		2	32	34

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Техника безопасности. Требования к одежде и инвентарю	1	0	0		Беседа.
2.	Физическая активность	1	0	0		Беседа с использованием презентации
3.	Подвижные игры. Эстафеты	1	0	1		Игра
4.	Подвижные игры. Эстафеты	1	0	1		Игра
5.	Игра в пионербол по упрощенным правилам	1	0	1		Игра
6.	Подвижные игры. Эстафеты	1		1		Игра
7.	Игра в пионербол по упрощенным правилам	1		1		Игра
8.	Игра в пионербол по упрощенным правилам	1		1		Игра
9.	Игра в пионербол по упрощенным правилам	1		1		Игра

10.	Подвижные игры с мячом	1		1		Игра
11.	Подвижные игры с мячом	1		1		Игра
12.	Подвижные игры с мячом	1		1		Игра
13.	Игра в пионербол по упрощенным правилам	1		1		Игра
14.	Ходьба разными способами, бег	1		1		Практическая работа.
15.	Игра в пионербол по упрощенным правилам	1		1		Игра
16.	Подвижные игры с мячом	1		1		Игра
17.	ОФП. Тренировка	1		1		Практическая работа.
18.	ОФП. Тренировка	1		1		Практическая работа.
19.	ОФП. Тренировка	1		1		Практическая работа.
20.	Подвижные игры «Вызов номеров»	1		1		Игра
21.	ОФП. Тренировка	1		1		Практическая работа.

22.	Подвижные игры «День и ночь»	1		1		Игра
23.	ОФП. Тренировка	1		1		Практическая работа.
24.	Подвижные игры «Волк во рву»	1		1		Игра
25.	ОФП. Тренировка	1		1		Практическая работа.
26.	ОФП. Тренировка	1		1		Практическая работа.
27.	Подвижные игры «Горелки»	1		1		Игра
28.	ОФП. Тренировка	1		1		Практическая работа.
29.	Подвижные игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам»	1		1		Игра
30.	ОФП. Тренировка	1		1		Практическая работа.
31.	Подвижные игры. «Удочка», «Аисты»	1		1		Игра
32.	ОФП. Тренировка	1		1		Практическая работа.
33.	Подвижные игры «Не намочи ног».	1		1		Игра

34.	Весёлые старты. Итоговое занятие					Игра
-----	----------------------------------	--	--	--	--	------

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. А.В. Печенкин, Н. В. Киселева. ОФП (ежедневные динамические паузы) как фактор сохранения здоровья учащихся в учебном процессе. <http://www.schoolexpert.ru>
2. Артем Патрикеев Подвижные игры. 1-4 классы ВАКО. 2010
3. М.Ф.Литвинова. Русские народные подвижные игры. Просвещение. 1986
4. А. В. Закирова Модифицированная общеобразовательная программа. Реализация здоровьесберегающих технологий в ГПД. <http://festival.1september.ru>__