

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Пензенской области**

**Отдел образования Кузнецкого района**

**МБОУ СОШ с. Бестянка**

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО  
Руководитель МО

СОГЛАСОВАНО  
на заседании  
педагогического совета  
Зам.директора по УВР

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ СОШ  
с.Бестянка

---

Г.У. Ачилова  
Протокол №1  
от «29» августа 2024 г.

---

Г.В.Мельзетдинова  
Протокол № 1  
от «29» августа 2024 г.

---

Н.Ф.Юмакулова  
Приказ № 95  
от «30» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**спортивного направления**  
**«ОФП»**  
**для обучающихся 2 класса**

с. Бестянка, 2024

## Пояснительная записка

### Пояснительная записка

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р; СП 2.4.3648-20;
- Федеральной образовательной программы начального общего образования (далее – ФОП НОО), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 372;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
- основной образовательной программы НОО.

### Актуальность и назначение программы

Программа предназначена для повышения возможностей ребенка в обучении, интеллектуальном развитии, взаимодействии с другими людьми.

Программа данного курса представляет систему спортивно-оздоровительных занятий для учащихся 2 классов и реализуется в рамках «Внеурочной деятельности» в соответствии с образовательным планом.

В процессе изучения курса, у учащихся развиваются следующие личностные качества:

трудолюбие, упорство, целеустремленность, самостоятельность, коллективизм, взаимопомощь, умение работать в команде.

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

Задачи курса:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, формировать коммуникативные компетенции.

Рабочая программа включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья учащихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию учащегося, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

### **Место учебного курса внеурочной деятельности в учебном плане школы**

На изучение курса внеурочной деятельности «ОФП» во 2 классах отводится - 34 часа (1 час в неделю).

### **Формы деятельности:**

- групповые и индивидуальные формы деятельности – теоретические, практические, комбинированные.

Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры;

- занятия оздоровительной направленности;

- соревнования;

- эстафеты;

**Виды деятельности:** игровая, познавательная, проблемно - ценностное общение.

Во время занятий у ребенка происходит становление развитых форм самосознания, самоконтроля и самооценки. Отсутствие отметок снижает тревожность и необоснованное беспокойство учащихся, исчезает боязнь ошибочных ответов. В результате у детей формируется отношение к данным занятиям как к средству развития своей личности. Данный курс состоит из системы тренировочных упражнений, специальных заданий и развивающих игр. На занятиях применяются занимательные и доступные для понимания задания, и упражнения, задачи, вопросы, игры, и т.д., что привлекательно для младших школьников.

На каждом занятии проводится *коллективное обсуждение* решения задачи определенного вида. На этом этапе у детей формируется такое важное качество, как осознание собственных действий, самоконтроль, возможность дать отчет в выполняемых шагах при решении задач любой трудности.

В курсе используются задачи разной сложности, поэтому слабые дети, участвуя в занятиях, могут почувствовать уверенность в своих силах (для таких учащихся подбираются задания, которые они могут выполнять успешно).

Ребенок на этих занятиях сам оценивает свои успехи. Это создает особый положительный эмоциональный фон: раскованность, интерес, желание научиться выполнять предлагаемые задания.

Задания построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим, различные темы и формы подачи материала активно чередуются в течение урока. Это позволяет сделать работу динамичной, насыщенной и менее утомляемой.

В системе заданий реализован принцип «спирали», то есть возвращение к одному и тому же заданию, но на более высоком уровне трудности.

## Содержание курса внеурочной деятельности

2 класс

Раздел I. Бессюжетные игры.

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличаются наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля.

Раздел II. Игры-забавы.

Учащимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

Раздел III. Народные игры.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

Раздел IV. Любимые игры детей.

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих.

## **Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности**

### **Личностные результаты:**

- договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр;
- дормировать представление об этических идеалах и ценностях;
- отбирать и выполнять комплексы упражнений в соответствии с изученными правилами.

### **Метапредметные результаты:**

- соблюдать санитарногигиенические правила, режим дня;
- понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения;
- демонстрировать уровень физической подготовленности.

### **Предметные результаты:**

- охранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- знать различные виды игр;
- выполнять правила игры.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**2 класс**

№	Тема занятия	Форма проведения занятия	Часы	ЦОР/ЭОР
<b>Бессюжетные игры</b>				
1	Правила поведения на занятиях и работа с инвентарём. «Вороны и воробьи»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
2	П/и «Ловишки- перебежки»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
3	П/и «Паровозик»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
4	П/и «Белые медведи»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
5	П/и «На одной ноге	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
6	П/и «Петушиный бой»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
7	П/и «Попади в след»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
8	П/и «Заря-заряница»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
<b>Игры-забавы</b>				
9	П/и «Охота на тигра»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
10	П/и «Донеси рыбку»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
11	П/и «Черепашапутешественница»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
12	П/и «Собери орехи»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
13	П/и «Флаг на башне»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
14	П/и «Волк во рву»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
15	П/и «Командные собачки»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
16	П/и «Салки с домиками»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
<b>Народные игры</b>				
17	Русская народная игра «Краски»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
18	Русская народная игра «Стадо	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
19	Таджикская народная игра «Горный козел»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
20	Украинская народная игра «Хлебец»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
21	Чеченская народная игра «Игра в башню»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
22	Дагестанская народная игра «Достань шапку»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
23	Бурятская народная игра «Волк и ягнята»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
24	Чувашская народная игра	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-</a>

	«Спуганные кони»			<a href="http://collection.edu.ru/">collection.edu.ru/</a>
25	Армянская народная игра «Статуя»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
<b>Любимые игры детей</b>				
26	П/и «Третий лишний»			<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
27	П/и «Мяч среднему»			<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
28	П/и «Мяч соседу»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
29	П/и «Пятнашки»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
30	П/и «Вышибалы»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
31	П/и «Вышибалы»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
32	П/и «Казачьи разбойники»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
33	П/и «Перестрелки»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
34	П/и «Вышибалы»	Игра	1	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>