

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Агинская средняя общеобразовательная школа № 2»

Выписка из основной образовательной программы  
начального общего образования  
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Агинская средняя общеобразовательная школа № 2»,  
утверждённой приказом № 84-Д от 31.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»  
2-3 КЛАСС

Выписка верна 31.08.2023

Директор МБОУ «Агинская СОШ № 2»

М.И. Фроленкова

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по спортивно-оздоровительному направлению разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, примерной основной образовательной программой начального общего образования, авторской программы «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы» В.И. Лях М: Просвещение 2012 г.

Обучение ведется по УМК: учебник Физическая культура 1-4 классы В.И. Лях М: Просвещение 2016 г.

Программа составлена на основе раздела программы подвижные игры, для освоения программы отводится 64 часа, в 1-2 классе 34 часа (1 час в неделю), в 3-4 классе 34 часа (1 час в неделю)

### ***Планируемые результаты освоения учебного предмета***

#### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

#### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **1 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

#### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

К концу обучения в **4 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **1 КЛАСС**

К концу обучения в **1 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;

- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

## 2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

## 3 КЛАСС

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и в движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать простоты в их показателях.

## 4 КЛАСС

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

### *Содержание курса.*

#### **1-2 класс**

##### *Знания о физической культуре*

Знать возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений.

##### *Подвижные игры*

Ловля мяча, передача мяча двумя руками от груди, передача мяча в цель, передачи мяча в парах, ведение мяча на месте и в шаге, бросок мяча двумя руками от груди. Знать и уметь играть в подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами», «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка», «Охотники и утки», «Удочка.

#### **3-4 класс.**

##### *Знания о физической культуре*

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

##### *Подвижные и спортивные игры*

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, приём и передача мяча

сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств.

Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 КЛАСС**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов и тем программы</b>	<b>Количество часов.</b>
1	Знания о физической культуре	4
2	Подвижные игры	30
Общее количество часов по программе		34

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3 КЛАСС**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов и тем программы</b>	<b>Количество часов.</b>
1	Знания о физической культуре	4
2	Подвижные и спортивные игры	26
3	Прикладно-ориентированная физическая культура	4
Общее количество часов по программе		34

**Поурочное планирование внеурочной деятельности по предмету**

**«Физическая культура» 2 класс**

№ урока	Сроки проведения		тема
	план	факт	
			<i>Подвижные игры (18 ч.)</i>
1			<i>Ловля мяча. Игра «К своим флажкам»</i>
2			<i>Ловля подброшенного вверх мяча. Игра «К своим флажкам»</i>
3			<i>Ловля мяча после отскока от пола. Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом</i>
4			<i>Передача мяча в парах. Игра «Два мороза»</i>
5			<i>Передача мяча в парах. Строевые упражнения</i>
6			<i>Передача мяча в тройках. Игра «Два Мороза»</i>
7			<i>Бросок мяча в цель Игра «Два мороза»</i>
8			<i>Бросок мяча в цель Игра «Прыгающие воробушки»</i>
9			<i>Передача мяча в парах. Бросок мяча в горизонтальную цель.</i>
10			<i>Ведение мяча на месте. Игра «Прыгающие воробушки»</i>
11			<i>Ведение мяча на месте. Игра «Прыгающие воробушки»</i>
12			<i>Ведение мяча на месте. Игра «Зайцы в огороде»</i>
13			<i>Ведение мяча на месте. Игра «Зайцы в огороде.»</i>
14			<i>Ведение мяча на месте. Игра «Невод»</i>
15			<i>Ведение мяча в шаге Игра «метко в цель»</i>
16			<i>Ведение мяча в шаге Игра «метко в цель»</i>
17			<i>Ведение мяча в шаге Игра «Два мороза»</i>
18			<i>Ведение мяча в шаге</i>

			<i>Строевые упражнения</i>
19			<i>Ведение мяча в шаге Строевые упражнения</i>
20			<i>Игра «Играй, играй мяч не теряй» Ведение мяча в шаге с изменением направления.</i>
21			<i>Ведение мяча в шаге с изменением направления. Игра «Играй, играй мяч не теряй»</i>
22			<i>Ведение мяча с изменением направления. Игра «Мяч водящему»</i>
23			<i>Ведение мяча змейкой Игра «мяч водящему»</i>
24			<i>Ведение мяча змейкой Игра «Салки-выручалки»</i>
25			<i>Ведение мяча в беге по прямой Игра «Мяч водящему»</i>
26			<i>Ведение мяча в беге по кругу. Игра «Попади в обруч»</i>
27			<i>Ведение мяча в беге по кругу. п/и «Невод»</i>
28			<i>Ведение мяча в беге по кругу. п/и «Охотники и утки»</i>
29			<i>п/и Перестрелка  п/и «Охотники и утки»</i>
30			<i>п/и Перестрелка п/и «Охотники и утки»</i>
31			<i>п/и Перестрелка п/и «Охотники и утки»</i>
32			<i>игра пионербол п/и «Охотники и утки»</i>
33			<i>игра пионербол п/и «Охотники и утки»</i>
34			<i>П/А Соревнования «Мой веселый звонкий мяч»</i>

**Поурочное планирование внеурочной деятельности по предмету**

**«Физическая культура» 3 класс**

<b>№ урока</b>	<b>Сроки проведения</b>		<b>тема</b>
	план	факт	
			<i>Подвижные игры (18 ч.)</i>

1			<i>Игра «Играй, играй мяч не теряй» Бросок мяча в кольцо</i>
2			<i>Бросок мяча в кольцо Игра «охотники и утки»</i>
3			<i>Бросок мяча в кольцо Игра «охотники и утки»</i>
4			<i>Бросок мяча в кольцо Игра «охотники и утки»</i>
5			<i>Передача мяча двумя руками от груди. Игра «передал садись»</i>
6			<i>Передача мяча двумя руками от груди. Игра «передал- садись»</i>
7			<i>Передачи мяча в парах Игра «охотники и утки»</i>
8			<i>Передачи мяча в парах Игра «охотники и утки»</i>
9			<i>Бросок мяча двумя руками из-за головы. Игра «Снайперы»</i>
10			<i>Бросок мяча двумя руками из-за головы. Эстафета с мячами.</i>
11			<i>Ведение мяча с изменением скорости Игра мини- баскетбол</i>
12			<i>Ловля и передача мяча в движении Комплекс общеразвивающих упражнений с мячом</i>
13			<i>Ловля и передача мяча в движении Игра «Два мороза»</i>
14			<i>Ловля и передача мяча в движении Строевые упражнения</i>
15			<i>Передача мяча в тройках в движении Игра «Овладей мячом»</i>
16			<i>Передача мяча в квадратах Игра «Овладей мячом»</i>
17			<i>Передача мяча в кругу. Игра «мяч в центр»</i>
18			<i>Ведение мяча с изменением направления. Игра «метко в цель.»</i>
19			<i>Ведение мяча с ускорением Игра «охотники и утки»</i>
20			<i>Ведение мяча с ускорением Игра «Волк во рву»</i>
21			<i>Эстафеты с ведением мяча Игра «охотники и утки»</i>
22			<i>Бросок мяча в цель. Игра «Снайперы»</i>

23			<i>Бросок мяча в кольцо Строевые упражнения</i>
24			<i>Бросок мяча в кольцо Игра «охотники и утки»</i>
25			<i>Передачи мяча через сетку Игра пионербол</i>
26			<i>Передачи мяча через сетку Игра пионербол</i>
27			<i>Передачи мяча через сетку Игра пионербол</i>
28			<i>Бросок мяча одной рукой через сетку. Игра пионербол</i>
29			<i>Бросок мяча одной рукой через сетку. Игра пионербол</i>
30			<i>Бросок мяча одной рукой через сетку. Игра пионербол</i>
31			<i>п/и Перестрелка Игра пионербол</i>
32			<i>п/и Перестрелка Игра пионербол</i>
33			<i>п/и Снайперы Игра пионербол</i>
34			<i>П/А Соревнования по Пионерболу</i>