

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Вознесенский образовательный центр»

Рассмотрено

педагогическим советом

МБОУ «Вознесенский

образовательный центр»

Протокол №1 от 29.08.2025 г.

Утверждаю

директор

_____/Чистякова

Е.В./

Приказ №112 – ОД от 01.09.2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

(ДЛЯ 2–3 КЛАССОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ)

ВОЗНЕСЕНИЕ – 2025

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 2 КЛАСС

Общая физическая подготовка

Основная стойка, построение в шеренгу. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Ходьба на носках, пятках, в полу приседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий старт и бег со старта по команде. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, бег до 6 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, с места, со скакалкой, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель. Метание на дальность отскока от стены, щита. Лазание по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты, стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

Баскетбол

1. Основы знаний.

Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения. Режим дня и режим питания.

2. Специальная подготовка.

Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ловля мяча на месте и в движении – низколетящего и летящего на уровне головы.

Стойка игрока, передвижение в стойке. Остановка в движении по звуковому сигналу.

Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.

Пионербол (волейбол)

1. Основы знаний.

Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка.

2. Специальная подготовка.

Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низколетящего и летящего на уровне головы. Стойка игрока, передвижение в стойке. Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?»

Футбол

1. Основы знаний. Влияние занятий футболом на организм школьника.

Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания.

2. Специальная подготовка. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Передачи мяча в парах. Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота».

3 КЛАСС

Общая физическая подготовка

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Бег с высокого старта на 30 метров. Бег с

преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и в высоту с разбега, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Лазание по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты. Стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

Баскетбол

1. Основы знаний. Товарищ и друг. В чём сила командной игры.

Физические упражнения – путь к здоровью, работоспособности и долголетию.

2. Специальная подготовка. Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Ведение мяча правой и левой рукой по прямой, по дуге, с остановками по сигналу. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, после ведения и остановки.

Подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения и остановки.

Волейбол (пионербол)

1. Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми. Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья.

2. Специальная подготовка. Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища. Подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Футбол

1. *Основы знаний.* Утренняя физическая зарядка. Предматчевая разминка.

Что запрещено при игре в футбол. 2. *Специальная подготовка.*

Остановка катящегося мяча. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек. Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы.

2. *Подвижные игры:* «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ 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 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 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;
- 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 спортивных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания;
- 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;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры,
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года.

Коммуникативные универсальные учебные действия: •

- организовывать совместные спортивные 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.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

2 КЛАСС

К концу обучения во 2 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы спортивных игр:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- 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, перекачиванию;
- организовывать и играть в подвижные и спортивные 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 спортивным играм:

- соблюдать правила во время выполнения игровой подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

2 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов	Дата
Раздел 1. Баскетбол			
1.	Стойки и перемещения баскетболиста	1	1 неделя
2.	Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1	2 неделя
3.	Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом.	1	3 неделя
4.	Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	1	4 неделя
5.	Передача мяча двумя руками от груди	1	5 неделя
6.	Ловля мяча на месте и в движении	1	6 неделя
7.	Ведение мяча в движении по прямой	1	7 неделя
8.	Броски в кольцо двумя руками с места	1	8 неделя
9.	Подвижные игры на базе баскетбола	1	9 неделя
10	Подвижные игры на базе баскетбола «Школа мяча»	1	10 неделя

11	Подвижные игры на базе баскетбола «Гонка мяча»	1	11 неделя
12	Подвижные игры на базе баскетбола «Охотники и утки»	1	12 неделя
	Итого по разделу	12	
Раздел 2. Пионербол			
13	Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1	13 неделя
14	Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение).	1	14 неделя
15	Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.	1	15 неделя
16	Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой.	1	16 неделя
17	Передача мяча сверху двумя руками через сетку	1	17 неделя
18	Прямая подача с середины площадки	1	18 неделя
19	Прямая подача мяча с расстояния 3 м от сетки	1	19 неделя
20	Прием мяча снизу двумя руками над собой	1	20 неделя
21	Прием мяча снизу двумя руками на сетку	1	21 неделя

22	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола	1	22 неделя
23	Подвижные игры, эстафеты с элементами волейбола	1	23 неделя
24	Подвижные игры, эстафеты с элементами волейбола	1	24 неделя
25	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	1	25 неделя
	Итого по разделу	13	
Раздел 3. Футбол			
26	Стоики и перемещения	1	26 неделя
27	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов	1	27 неделя
28	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу	1	28 неделя
29	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	1	29 неделя
30	Передача мяча в парах	1	30 неделя
31	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков	1	31 неделя
32	Подвижные игры с элементами футбола	1	32 неделя

33	Подвижные игры «Точная передача»	1	33 неделя
34	Подвижные игры «Попади в ворота».	1	34 неделя
	Итого по разделу	9	
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

3 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов	Дата
Раздел 1. Баскетбол			
1.	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1	1 неделя
2.	Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом.	1	2 неделя
3.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте	1	3 неделя
4.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча в движении без сопротивления защитника	1	4 неделя
5.	Ведение мяча	1	5 неделя
6.	Броски в кольцо одной и двумя руками с места и в движении	1	6 неделя

7.	Игра в защите. Выравнивание и выбивание мяча.	1	7 неделя
8.	Игра в нападении. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».	1	8 неделя
9.	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	1	9 неделя
10	Игра по упрощенным правилам мини- баскетбола.	1	10 неделя
11	Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	1	11 неделя
12	Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	1	12 неделя
	Итого по разделу	12	
Раздел 2. ВОЛЕЙБОЛ			
13	Передача мяча двумя руками на месте и после перемещения.	1	13 неделя
14	Передача двумя руками в парах, тройках. Передача мяча над собой, через сетку.	1	14 неделя
15	Закрепление техники передачи мяча двумя руками	1	15 неделя
16	Индивидуальные тактические действия в защите.	1	16 неделя
17	Индивидуальные тактические действия в защите.	1	17 неделя
18	Верхняя прямая подача	1	18 неделя

19	Верхняя прямая подача	1	19 неделя
20	Прием мяча. Прием подачи.	1	20 неделя
21	Закрепление техники приема мяча с подачи	1	21 неделя
22	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола	1	22 неделя
23	Подвижные игры, эстафеты с мячом.	1	23 неделя
24	Игра в пионербол по упрощенным правилам	1	24 неделя
25	Игра в пионербол по упрощенным правилам	1	25 неделя
	Итого по разделу	13	
Раздел 3. Футбол			
26	Остановка катящегося мяча.	1	26 неделя
27	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	1	27 неделя
28	Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу	1	28 неделя
29	Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма между стойками, с обводкой стоек.	1	29 неделя
30	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	1	30 неделя
31	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	1	31 неделя

32	Подвижные игры «Гонка мячей», «Метко в цель»	1	32 неделя
33	Подвижные игры: «Футбольный бильярд»	1	33 неделя
34	Остановка катящегося мяча.	1	34 неделя
	Итого по разделу	9	
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Необходимый спортивный инвентарь

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Поурочные разработки уроков физической культуры

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

Интернет-сайт «Инфоурок»

Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» <http://www.it-n.ru/communities>.

Образовательные сайты для учителей физической культуры
http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9