Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности "Подвижные игры" разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного общеобразовательного стандарта начального общего образования, на основе авторской программы Г.А. Ворониной «Основы развития двигательной активности младших школьников». Программа переработана и дополнена.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе. Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Цель программы: сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

Задачи:

— сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;

— выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и подвижных играх;

— учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

— развивать умения ориентироваться в пространстве;

— развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;

— создавать условия для проявления чувства коллективизма;

— развивать активность и самостоятельность;

— обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям,

— применению их в различных по сложности условиях.

Программа курса "Подвижные игры" рассчитана на 1 года обучения – 34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность занятия - 45 минут.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Предметные

Учащиеся будут иметь представления:

— начальное представление о культуре движении;

— об истории, культуре народных игр;

Знать:

— причины нарушения осанки, появления нарушения зрения, плоскостопия;

— правила и уметь организовать подвижные игры;

— не менее двух комплексов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

Уметь:

— оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать её;

— выполнять правила игры.

На практике:

— сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

Личностные универсальные учебные действия

У обучающегося будут сформированы:

— положительное отношение к занятиям физкультурой, интерес к народным играм;

— способность к самооценке на основеучастия в групповых играх посредством определения уровня развития физических качеств;

— эмоциональное восприятие образа Родины, представление о ее героях- спортсменах;

— чувство сопричастности и гордости за свою Родину через знакомство с современными олимпийскими играми и спортивными традициями;

— уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через подвижные игры;

— установка на здоровый образ жизни;

— знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение в игровых видах спортивной деятельности;

— представление об оздоровительном воздействии народных игр, позитивно

— влияющим на здоровье.

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

— принимать и сохранять задачу по участию в игре;

— принимать и учитывать методические указания учителя в процессе игры;

— планировать свои действия в соответствии с игрой, учитывая свои возможности;

— оценивать правильность ведения игры на уровне оценки соответствия правилам безопасности;

— адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;

— проводить самоанализ участия в игре;

— вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок;

— различать способ и результат собственных и коллективных действий.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

— адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;

— использовать речь для регуляции своего действия и действий партнера;

— допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе отличной от его собственной, и ориентироваться на позицию партнѐра в общении и взаимодействии;

— разрабатывать единую тактику в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по

команде;

— отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;

— договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой и спортивной деятельности, уважая соперника;

— контролировать свои действия в коллективной работе;

— во время подвижных и спортивных игр строить тактические действия, взаимодействуя с партером и учитывая его реакцию на игру;

— следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности;

— контролировать действия партнѐра во время выполнения групповых упражнений и упражнений в пара х;

— соблюдать правила взаимодействия с игроками;

— задавать вопросы для уточнения техники упражнений или правил игры.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Вводное занятие

Техника безопасности на занятиях. Цели на год.

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Подвижные игры.

«Хвостики», «Паровоз», «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный», «Кто сильнее?», «Салки со стопами», «Удочка с прыжками», «Снип –Снап», «Быстрая тройка», «Медведь спит, «Весёлая скакалка», «Очистить свой сад от камней», «Командные салки», «Сокол и голуби», «Кто быстрее? «Найди нужный цвет», «Разведчики», «Удочка с приседанием», «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга», «Гуси – лебеди», «Лиса и куры», «Кто быстрее?», «Сумей догнать», «Метко в цель», «Салки с большими мячами», «Назови имя», «Бездомный заяц», «Лягушки в болоте», «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот», «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик», «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик», «Кто быстрее приготовиться», «Салки». «Поезд», «Салки», «Мороз – Красный нос», « Горелки», «Метание в цель», «Попади в мяч», «Быстро в строй», «Колдунчики», «Назови имя», «Бездомный заяц», «Лошадки», «Пустое место», «Часовые и разведчики», «Удочка», «Удочка», «Не урони мяч», «Прыжок за прыжком», «Хвостики», «Падающая палка», «Точный поворот», «Второй лишний», «Если бы ноги стали руками».

Итоговое занятие. Праздник "Подвижные игры"

Проведение спортивного праздника для учащихся других классов с использованием изученных игр.

Формы организации: тематическое занятие, беседа, общение, соревнования, фронтальная, групповая и индивидуальная, гимнастика.

Виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная.

Тематическое планирование

№	Раздел	Количество часов		
		Всего	**Теоретическая часть**	**Практическая часть**
1	Вводное занятие	1	1	0
2	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ	На каждом занятии		
3	Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь	На каждом занятии		
4	Подвижные игры.	32	8	24
5	Итоговое занятие. Праздник "Подвижные игры"	1	0	1
	Итого	**34**	**9**	**25**