Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа пгт Арбаж Кировской области

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Во 2-ЫХ КЛАССАХ (2012-2013 УЧЕБНЫЙ ГОД)**

**Направление: Военно-патриотическое.**

 **Преподаватель-организатор ОБЖ: В.Ю.Терёхин**

**2014г**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Программа составлена на основе:**

- Федерального компонента государственного образовательного стандарта, утверждённого Приказом Минобразования РФ от 2010;

- Закона РФ от 10.07. 1992 № 3266-1 «Об образовании (в редакции Федерального закона от 17.07 2009 № 148 – ФЗ)»

- Базисного учебного плана образовательных учреждений Российской Федерации, утверждённого приказом Минобразования РФ.

- Учебного плана муниципального казённого образовательного учреждения средней общеобразовательной школы пгт. Арбаж на 2012- 2013 учебный год;

- Годового календарного графика муниципального казённого образовательного учреждения средней общеобразовательной школы пгт. Арбаж на 2012-2013 учебный год;

**Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста. В 2 классе ведётся 2 часа в неделю, всего 68 часов.**

Военно-патриотическая 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.

Военно-спортивные 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. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все военно-спортивные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все военно-спортивные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

**Игра как средство воспитания.**

Развитие военно-спортивных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психологического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Соей напряженностью, большой эмоциональностью военно-спортивные игры привлекают не только подростков, но и взрослых.

**Игра в жизни ребёнка.**

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научится выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы. Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью, с свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно-рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

**Оздоровительное значение военно-спортивных игр.**

Правильно организованные военно-спортивные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей.

Программа рассчитана на работу с детьми от 8-9 лет.

**Цель программы:**

Сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством военно-спортивных занятий и игр.

**Задачи:**

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

- выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями в военно-спортивных играх;

- учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

- развивать умения ориентироваться в пространстве;

- создавать условия для проявления чувства коллективизма;

- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

**Требования к знаниям, умениям, навыкам:**

**Иметь представление**  о двигательном режиме;

**Знать:**

- правила и уметь организовывать военно-спортивные игры;

- не менее двух-трёх комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

**Уметь:**

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

- выполнять правила игры.

**Демонстрировать** позитивное отношение к участникам игры.

**УЧЕБНО–ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п. п.** | **тема** | **(содержание)****развитие и формирование качеств у учащихся** | **игры** | **практика** | **всего** |
| 1 | Мир движений | формирование о мире движений, их роли в сохранении здоровья | «Разведчики» | 1 | 1 |
| 2 | Учись быстроте и ловкости | развитие ловкости и быстроте | «Свечи ставить» | 1 | 1 |
| 3 | Сила нужна каждому | развитие силы и ловкости | «Летучий мяч» | 1 | 1 |
| 4 | Развитие скоростно-силовых качеств | развитие ловкости, скорости и быстроты | «Охотники и утки» | 1 | 1 |
| 5 | Ловкий. Быстрый | развитие ловкости и быстроты реакции | «Выбей мяч из круга» | 1 | 1 |
| 6 | Коварный мяч | Развитие скорости реакции и быстроты | «Мяч над головой» русское воинство | 1 | 1 |
| 7 | Стенка на стенку | Развитие координации, тактика командных действий, смелость |  | 1 | 1 |
| 8 | Скакалочка-выручалочка | Развитие силы | «Удочка с приседанием» | 1 | 1 |
| 9 | Метко в цель | Развитие меткости и координации движений | «Метко в цель», «Салки с большими мячами» | 1 | 1 |
| 10 | Малый пеинбол | Развитие меткости, тактика действий | пеинтбол | 1 | 1 |
| 11 | Малый пеинбол | Развитие меткости, тактика действий | пеинтбол | 1 | 1 |
| 12 | Развитие выносливости | Развитие выносливости, быстроты, реакции | «Бой петухов» | 1 | 1 |
| 13 | Развитие выносливости | Развитие выносливости, быстроты, реакции | «Бой петухов» | 1 | 1 |
| 14 | Сила нужна каждому | развитие силы и ловкости | «Летучий мяч» | 1 | 1 |
| 15 | Прыжок за прыжком | Развитие быстроты, ловкости, выносливости | «Прыжок за прыжком» | 1 | 1 |
| 16 | Развитие реакции | Развитие быстроты, скорости, реакции | «Пустое место», «Часовые и разведчики» | 1 | 1 |
| 17 | Выбираем бег | Развитие скоростных качеств, ловкости | «Кто быстрее?», «Сумей догнать» | 1 | 1 |
| 18 | Сила нужна каждому | развитие силы и ловкости | «Летучий мяч» | 1 | 1 |
| 19 | Выбираем бег | Развитие скоростных качеств, ловкости | «Кто быстрее?», «Сумей догнать» | 1 | 1 |
| 20 | Развиваем точность движений | Развитие глазомера и точности движений | «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель» | 1 | 1 |
| 21 | Кто быстрее | Развитие скоростных качеств, выносливости | «Разведчики» | 1 | 1 |
| 22 | Весёлая скакалка | Развитие ловкости и внимания | «Весёлая скакалка» | 1 | 1 |
| 23 | Охотники и утки | Развитие скоростно-силовых качеств | «Охотники и утки» | 1 | 1 |
| 24 | Кто дальше бросит | Развитие ловкости, силовые качества |  | 1 | 1 |
| 25 | Развиваем быстроту | Развитие скоростных качеств | «Салки» | 1 | 1 |
| 26 | минифутбол | Развитие командных действий |  | 1 | 1 |
| 27 | Разучивание защитных блоков | Привитие смелости, уверенности своим действиям |  | 1 | 1 |
| 28 | Разучивание ударных движений | Развитие скоростно-силовых качеств |  | 1 | 1 |
| 29 | Наперегонки парами | Развитие выносливости |  | 1 | 1 |
| 30 | Мяч через сетку | Развитие ловкости и точности |  | 1 | 1 |
| 31 | За мячом | Развитие ловкости, быстроты, точность |  | 1 | 1 |
| 32 | Успей поймать | Развитие координации движений, быстрота, ловкость |  | 1 | 1 |
| 33 | Покати- догони | Развитие координации движений, быстрота, ловкость |  | 1 | 1 |
| 34 | Малый пеинбол | Развитие меткости, тактика действий | пеинтбол | 1 | 1 |
| 35 | Упасть не давай | Развитие координации движений |  | 1 | 1 |
| 36 | Перетяни через черту | Развитие силы |  | 1 | 1 |
| 37 | Кто обгонит | Развитие координации движений |  | 1 | 1 |
| 38 | Караси и щука | Развитие быстроты и ловкости |  | 1 | 1 |
| 39 | Увернись от мяча | Развитие ловкости |  | 1 | 1 |
| 40 | Защита укрепления | Развитие быстроты и ловкости движений |  | 1 | 1 |
| 41 | Подвижная цель | Развитие ловкости, быстроты реакции |  | 1 | 1 |
| 42 | Перебежка с выручкой | Развитие быстроты, ловкости, скорости |  | 1 | 1 |
| 43 | Эстафета «Паровозик» | Развитие быстроты, ловкости, скорости |  | 1 | 1 |
| 44 | Эстафета с преодолением препятствия | Развитие быстроты, ловкости, скорости, выносливости |  | 1 | 1 |
| 45 | Комбинированная эстафета | Развитие скоростно-силовых качеств |  | 1 | 1 |
| 46 | Эстафета с гандикапом | Развитие скоростно-силовых качеств |  | 1 | 1 |
| 47 | Эстафета с переноской предметов | Развитие скоростно-силовых качеств |  | 1 | 1 |
| 48 | Игра «День и ночь» | Развитие быстроты, реакции |  | 1 | 1 |
| 49 | Эстафета с прыжками | Развитие силовых качеств |  | 1 | 1 |
| 50 | Эстафета со скакалкой | Развитие быстроты, ловкости, скорости, выносливости |  | 1 | 1 |
| 51 | Эстафета с преодолением препятствий | Развитие скоростно-силовых качеств |  | 1 | 1 |
| 52 | снайперы | Развитие точности и глазомера |  | 1 | 1 |
| 53 | Сильный бросок | Развитие точности и силы |  | 1 | 1 |
| 54 | Подвижный ринг | Развитие координации, силы, командный дух |  | 1 | 1 |
| 55 | Бой петухов | Развитие быстроты, ловкости, скорости, выносливости |  | 1 | 1 |
| 56 | Игра «перестрелка» | Развитие быстроты, ловкости, скорости, выносливости |  | 1 | 1 |
| 57 | Игра «защита укрепления» | Развитие командных действий |  | 1 | 1 |
| 58 | Игра «пройди защиту» | Развитие командных действий |  | 1 | 1 |
| 59 | Игра «преследование» | Развитие командных действий |  | 1 | 1 |
| 60 | Игра «пройди защиту» | Развитие командных действий |  | 1 | 1 |
| 61 | Игра «толкачи» | Развитие силовых способностей |  | 1 | 1 |
| 62 | Игра «мушкетёры» | Развитие силовых способностей |  | 1 | 1 |
| 63 | Игра «догони свою пару | Развитие скоростных способностей |  | 1 | 1 |
| 64 | Будь ловким | Развитие ловкости, внимательность, быстрота |  | 1 | 1 |
| 65 | Пионербол, игра «Переправа» | На развитие равновесия |  | 1 | 1 |
| 66 | Игра «Мяч сквозь обруч» | Развитие скоростно-силовых качеств |  | 1 | 1 |
| 67 | Спортивная игра в футбол | Развитие выносливости, ловкости, командные действия |  | 1 | 1 |
| 68 | Военизированная эстафета | Вырабатывает чувство ответственности друг за друга |  | 1 | 1 |
|  |  |  |  |  |  |

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:**

1. В.Г.Яковлев, В.П.Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение 1985г.
2. В.К. Шурухина. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение. 1980г.