Рабочая программа

по

Внеурочной деятельности в начальной школе

«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

На 2014-2015 учебный год

Учитель: Губарева Л.П.

*Содержание*

### Пояснительная записка

### Содержание программы

### Описание места кружка в учебном плане

### Описание ценностных ориентиров содержания

### Тематическое планирование

### Методические рекомендации

### Личностные, метапредметныеи предметные результаты

### Планируемый результат

### Список литературы

### Календарно – тематическое планирование

**Пояснительная записка**

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.)

Образовательный процесс в современной школе постоянно услож­няется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нерв­но-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предпо­лагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состоя­ние центральной нервной системы и функций организма, определен­ный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режи­мом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического разви­тия многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проб­лему.

У многих первоклассников наблю­дается низкая двигательная активность, широкий спектр функцио­нальных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы воз­можность вредных влияний и способствовали бы укреплению здо­ровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двига­тельный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, кото­рые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или про­должают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рацио­нальной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптацион­ного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

**Содержание программы**

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

**Место кружка в учебном плане.**

Программа рассчитана на 33-1 кл, 34-2-4кл часа в год с проведением занятий 1 раз внеделю, продолжительность занятия 40-45 минут. Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

**Ценностными ориентирами содержания**данного кружка являются:

– формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;

– формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,

– развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;

– привлечение обучающихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

**Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

* укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
* развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
* развитие сообразительности, творческого воображения;
* развитие коммуникативных умений;
* воспитание внимания, культуры поведения;
* создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
* обучить умению работать индивидуально и в группе,
* развить природные задатки и способности детей;
* развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
* развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

**Тематическое планирование 1 класса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Разделы | Кол-во часов |
| 1 | Русские народные игры | 8 |
| 2 | Подвижные игры | 17 |
| 3 | Эстафеты | 8 |
|  | итого | 33 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Разделы | Кол-во часов |
| 1 | Русские народные игры | 11 |
| 2 | Подвижные игры | 8 |
| 3 | Эстафеты | 8 |
| 4 | Игры народов России | 7 |
|  | итого | 34 |

**Тематическое планирование 2 класса**

**Тематическое планирование 3 класса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Разделы | Кол-во часов |
| 1 | Русские народные игры | 11 |
| 2 | Эстафеты | 6 |
| 3 | Игры народов России | 17 |
|  | итого | 34 |

**Тематическое планирование 4 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Разделы | Кол-во часов |
| 1 | Русские народные игры | 19 |
| 2 | Эстафеты | 8 |
| 3 | Игры народов России | 7 |
|  | итого | 34 |

**Методические рекомендации**

1. *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.
2. *Игры-поиски*. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают у томленные центры.
3. *Игры с быстрым нахождением своего места* . В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

**Весь материал разделяется на отдельные разделы:**

1. раздел - «Русские народные игры», изучается с 1-го по 4-й   
   класс.
2. раздел - «Игры народов России», изучается со 2 по 4-й класс.
3. раздел - «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.
4. раздел - «Эстафеты», изучается в 1-4-х классах.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играмиразличных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

цели изучения по каждому разделу

**«Русские народные игры»**

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

**«Игры народов России»**

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

**«Подвижные игры»**

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

**«Эстафеты»**

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

**Личностнымирезультатами кружка «Подвижные игры»**

являютсяследующиеумения:

*оценивать*поступки людей, жизненныеситуациисточкизренияобщепринятыхнормиценностей;оцениватьконкретныепоступкикакхорошиеили плохие;

*выражать*своиэмоции;

*понимать*эмоциидругих людей, сочувствовать,сопереживать;

**Метапредметнымирезультатамикружка** «**Подвижные игры**»

являетсяформированиеуниверсальныхучебныхдействий(УУД).

* *РегулятивныеУУД:*
* определять иформироватьцель деятельности спомощьюучителя;
* проговариватьпоследовательностьдействийво время занятия;
* учитьсяработатьпоопределенному алгоритму
* *ПознавательныеУУД:*
* умение делатьвыводыврезультатесовместнойработыклассаиучителя;
* *КоммуникативныеУУД:*
* планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
* постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
* разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
* управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
* умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
* сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

**Формы занятий:**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

**Режим занятий:**

В 1-4 классах начальной школы занятия продолжительностью 40-45 минут проводятся 1 раз в неделю в группах не более 15-ти детей, но и не менее 8-ми.

**Планируемый результат:**

-у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;

- сформировано начальное представление о культуре движении;

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

-обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;

- умение работать в коллективе.

**Список литературы.**

1. «Образовательная система «Школа 2100» федеральный государственный образовательный стандарт, Примерная основная образовательная программа. В 2-х книгах. Книга2. Программа отдельных предметов для начальной школы /Под науч. ред. Д.И. Фельдштейна- изд. 2-е, испр.- М.: Баласс, 2011.- 432с.
2. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образователь­ная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учите­ля   
   начальной школы».
3. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 1-4 классы: проект. – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2011.- 61с. – Стандарты второго поколения.
4. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
5. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.
6. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересадина Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с.
7. Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. – Кемерово: изд-во КРИПКиПРО, 2008.- 140с.
8. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.
9. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2011.-80с.
10. Физическая культура. Входные и итоговые проверочные работы: 1-4 классы / Авт.- сост. В.Н. Верхлин, К.А. Воронцов.- М.:ВАКО, 2011.- 48с.-Контрольно -измерительные материалы

**Календарно - тематическое планирование**

**кружка «Подвижные игры»**

**1-й класс (33 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Кол-во  часов | Дата |
| 1 | Гуси-лебеди | 1 |  |
| 2 | У медведя во бору | 1 |  |
| 3 | Филин и пташки | 1 |  |
| 4 | Палочка- выручалочка | 1 |  |
| 5 | Блуждающий мяч | 1 |  |
| 6 | Классики | 1 |  |
| 7 | Ловишка в кругу | 1 |  |
| 8 | Пчелки и ласточки | 1 |  |
| 9 | К своим флажкам | 1 |  |
| 10 | Кот идет | 1 |  |
| 11 | Северный и южный ветер | 1 |  |
| 12 | Соревнования скороходов | 1 |  |
| 13 | Колдунчики | 1 |  |
| 14 | Аисты | 1 |  |
| 15 | Пчелы и медведи | 1 |  |
| 16 | Хитрая лиса | 1 |  |
| 17 | Ловишки с приседаниями | 1 |  |
| 18 | Переправа с досками | 1 |  |
| 19 | Туннель | 1 |  |
| 20 | Собери урожай | 1 |  |
| 21 | На погрузке арбузов | 1 |  |
| 22 | Принеси мяч | 1 |  |
| 23 | Успей перебежать | 1 |  |
| 24 | С мячом | 1 |  |
| 25 | Весёлые старты | 1 |  |
| 26 | Совушка | 1 |  |
| 27 | Мышеловка | 1 |  |
| 28 | Пустое место | 1 |  |
| 29 | Карусель | 1 |  |
| 30 | Кто быстрее? | 1 |  |
| 31 | Конники-спортсмены | 1 |  |
| 32 | Лягушата и цыплята | 1 |  |
| 33 | Карлики и великаны | 1 |  |

**Календарно - тематическое планирование**

**кружка «Подвижные игры»**

**2-й класс (34 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Кол-во  часов | Дата |
| 1 | Русская народная игра «Жмурки» | 1 |  |
| 2 | Русская народная игра «Кот и мышь» | 1 |  |
| 3 | Русская народная игра «Горелки» | 1 |  |
| 4 | Русская народная игра «Салки» | 1 |  |
| 5 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 |  |
| 6 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |
| 7 | Русская народная игра «Фанты» | 1 |  |
| 8 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 1 |  |
| 9 | Русская народная игра «Волк» | 1 |  |
| 10 | Русская народная игра «Птицелов» | 1 |  |
| 11 | Подвижная игра «Совушка» | 1 |  |
| 12 | Подвижная игра «Мышеловка» | 1 |  |
| 13 | Подвижная игра «Пустое место» | 1 |  |
| 14 | Подвижная игра «Карусель» | 1 |  |
| 15 | Подвижная игра «Кто быстрее?» | 1 |  |
| 16 | Подвижная игра «Конники-спортсмены» | 1 |  |
| 17 | Подвижная игра «Лягушата и цыплята» | 1 |  |
| 18 | Подвижная игра «Карлики и великаны» | 1 |  |
| 19 | Эстафета «Передача мяча» | 1 |  |
| 20 | Эстафета «С мячом» | 1 |  |
| 21 | Эстафета зверей | 1 |  |
| 22 | Эстафета «Быстрые и ловкие» | 1 |  |
| 23 | Эстафета «Вызов номеров» | 1 |  |
| 24 | Эстафета по кругу | 1 |  |
| 25 | Эстафета с обручем | 1 |  |
| 26 | Эстафета со скакалкой | 1 |  |
| 27 | Русская народная игра «Гори, гори ясно!» | 1 |  |
| 28 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 1 |  |
| 29 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 1 |  |
| 30 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1 |  |
| 31 | Марийская народная игра «Катание мяча» | 1 |  |
| 32 | Татарская народная игра «Серый волк» | 1 |  |
| 33 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 1 |  |
| 34 | Чувашская игра «Рыбки | 1 |  |

**Календарно - тематическое планирование**

**кружка «Подвижные игры»**

**3-й класс (34 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Дата |
| 1 | Русская народная игра «Краски» | 1 |  |
| 2 | Русская народная игра «Гори, гори ясно» | 1 |  |
| 3 | Русская народная игра «Ляпка» | 1 |  |
| 4 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 1 |  |
| 5 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 1 |  |
| 6 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1 |  |
| 7 | Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой» | 1 |  |
| 8 | Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!» | 1 |  |
| 9 | Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!» | 1 |  |
| 10 | Игры народов Коми «Невод»,»Стой, олень!» | 1 |  |
| 11 | Марийская народная игра «Катание мяча» | 1 |  |
| 12 | Татарская народная игра «Серый волк» | 1 |  |
| 13 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 1 |  |
| 14 | Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка» | 1 |  |
| 15 | Чечено-ингушская игра «Чиж» | 1 |  |
| 16 | Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба» | 1 |  |
| 17 | Мордовские народные игры «Котел», «Круговой» | 1 |  |
| 18 | Северо-осетинская игра «Борьба за флажки» | 1 |  |
| 19 | Чувашская игра «Рыбки» | 1 |  |
| 20 | Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз» | 1 |  |
| 21 | Эстафета «Вызов номеров» | 1 |  |
| 22 | Эстафета по кругу | 1 |  |
| 23 | Эстафета с обручем | 1 |  |
| 24 | Эстафета с мячом | 1 |  |
| 25 | Эстафета «Быстрые и ловкие» | 1 |  |
| 26 | Эстафета «Встречная» | 1 |  |
| 27 | Русская народная игра «Салки» | 1 |  |
| 28 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 |  |
| 29 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |
| 30 | Русская народная игра «Фанты» | 1 |  |
| 31 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 1 |  |
| 32 | Русская народная игра «Волк» | 1 |  |
| 33 | Русская народная игра «Птицелов» | 1 |  |
| 34 | Русская народная игра «Горелки» | 1 |  |

**Календарно - тематическое планирование**

**кружка «Подвижные игры»4-й класс (34часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Дата |
| 1 | Русская народная игра «Жмурки» | 1 |  |
| 2 | Русская народная игра «Кот и мышь» | 1 |  |
| 3 | Русская народная игра «Горелки» | 1 |  |
| 4 | Русская народная игра «Салки» | 1 |  |
| 5 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 |  |
| 6 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |
| 7 | Русская народная игра «Фанты» | 1 |  |
| 8 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 1 |  |
| 9 | Русская народная игра «Волк» | 1 |  |
| 10 | Русская народная игра «Птицелов» | 1 |  |
| 11 | Русская народная игра «Гори, гори ясно!» | 1 |  |
| 12 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 1 |  |
| 13 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 1 |  |
| 14 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1 |  |
| 15 | Марийская народная игра «Катание мяча» | 1 |  |
| 16 | Татарская народная игра «Серый волк» | 1 |  |
| 17 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 1 |  |
| 18 | Чувашская игра «Рыбки | 1 |  |
| 19 | Эстафета «Передача мяча» | 1 |  |
| 20 | Эстафета со скакалкой | 1 |  |
| 21 | Эстафета «С мячом» | 1 |  |
| 22 | Эстафета зверей | 1 |  |
| 23 | Эстафета «Быстрые и ловкие» | 1 |  |
| 24 | Эстафета «Вызов номеров» | 1 |  |
| 25 | Эстафета по кругу | 1 |  |
| 26 | Эстафета с обручем | 1 |  |
| 27 | Русская народная игра «Салки» | 1 |  |
| 28 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 |  |
| 29 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |
| 30 | Русская народная игра «Краски» | 1 |  |
| 31 | Русская народная игра «Гори, гори ясно» | 1 |  |
| 32 | Русская народная игра «Третий лишний» | 1 |  |
| 33 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 |  |
| 34 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |