

**1.Пояснительная записка внеурочной деятельности кружка**

**Пояснение к программе**

Кружок в начальных классах – важное дополнение к урокам физической культуры. Он является одним из видов физкультурно-оздоровительной работы в школе. Вся работа в кружке направлена на углубление, расширение и совершенствование двигательных умений и навыков, получаемых школьниками на уроках физической культуры. Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплексных взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развитие его двигательных способностей и совершенствование умений. Подвижные игры направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умений выполнять правила общественного порядка.

 **1.1. Направленность программы** формирует физически здоровой и физически развитой личности с высокой потребностью в двигательной активности и с повышенной умственной работоспособностью.

**1.2. Актуальность программы** обусловлена тем, что подвижные игры, в основном коллективные, поэтому у детей вырабатываются элементарные умения ориентироваться в пространстве, согласовывать свои движения с движениями других играющих, находить свое место, не мешая другим, по сигналу убегать или менять место. Игра помогает ребенку преодолевать робость, застенчивость.

**1.3. Педагогическая целесообразность.**

Образовательная программа «Подвижные игры» поможет создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве. Программа составлена с учетом интеграции основного и дополнительного образования, связывает процессы обучения, воспитания и развития в соответствии с нормативно - правовой базой, с учетом требований СанПиН, на основе изучения интересов, запросов обучающихся и родителей. Эффектами реализации данного направления будут: развитие коммуникабельности и умения работать в команде, воспитание морально-волевых качеств, таких, как воля к победе, умение работать на пределе своих возможностей во благо общего дела, а также развитие лидерских качеств, к чему неизбежно приведут успехи на игровом поприще и т.д.

**1.4.Цель программы** – развивать физические качества учащихся 1-9 классов и совершенствовать двигательные, удовлетворить индивидуальные двигательные потребности.

**1.5.Задачи прогрвммы являются:**

Формировать у детей интерес к спорту.

Уметь играть по правилам.

Учить бережному отношению к своему здоровью и здоровью других.

Развивать скоростно-силовых качеств, ловкость, уважение к товарищам.

**1.6.Отличительные особенности** данной дополнительной образовательной программы Безусловно, подвижные народные игры всегда существовали в нашей жизни и в досуговой деятельности детей. Но в данной программе оптимально учтены потребности и возможности обучающихся, а также расширен выбор народных подвижных игр. Отличительной особенностью программы «Подвижные игры» от уже существующих образовательных программ является то, что она даёт возможность каждому ребёнку попробовать свои силы в разных видах игр. Оптимальный набор подвижных игр и особенности психологического сопровождения обеспечивают достижение целей программы.

**1.7. Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы**.

Программа адресована учащимся в возрасте от 7 до 16 лет. (1-9класс) Принимаются все желающие.

**1.8. Сроки реализации дополнительной образовательной программы**

Программа рассчитана на 68 часов. Срок реализации 1 год.

**Формы занятий:** Форма обучения: – очная – групповая

**1.9. Основные формы работы**

 Является одним из видов Физкультурно-оздоровительной работы в школе. Вся работа в кружке направлена на углубление, расширение и совершенствование двигательных умений и навыков, получаемых школьниками на уроках физической культуры.

 Занятия кружка разработаны с учётом разновозрастного состава учащихся, соблюдая дифференцированный подход в соответствии с программными требованиями и возможностями детей начальных классов при выполнении упражнений общеразвивающего характера, игровых упражнений, подвижных игр.

 Подвижные игры в школе являются незаменимым средством решения комплексных взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развитие его двигательных способностей и совершенствование умений. Подвижные игры направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умений выполнять правила общественного порядка.

 Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает также комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей. В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование, прежде всего, естественных движений – ходьбы, бега, прыжков, метаний; элементарных игровых умений – ловли мяча, передачи, бросков, ударов по мячу; технико-тактических взаимодействий – выбора места, взаимодействия с партнёром, командой и соперником, необходимых при дальнейшем овладении спортивными играми в старших классах.

 В результате обучения ребята знакомятся со многими играми. Что позволяет воспитывать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с друзьями в свободное время.

Обязательным и непременным условием проведения занятий кружка является чёткая организация и разумная дисциплина, основанная на точном соблюдении команд, указаний и распоряжений учителя.

**1.10.Режим занятий.**

Занятия проводятся в спортивном зале Перевозинской ООШ 2 раз в неделю по 1 часу (время занятий включает 40 мин. учебного времени).

**2. Ожидаемые результаты.**

**Предметные результаты**

 Организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр; представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; формировать навыки здорового образа жизни; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

 взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

— применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

 **Личностные УУД**

установка на безопасный, здоровый образ жизни; потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников; умение выражать свои эмоции; понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

**Регулятивные УУД:** определение и формирование целей деятельности с помощью учителя; проговаривание последовательности действий во время занятия; обучение работать по определенному алгоритму.

**Познавательные УУД:** умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

**Коммуникативные УУД:** умение выражать свои мысли в устной форме; умение слушать и понимать речь других; умение договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им; умение работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера, исполнителя); управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий.

**3. Учебно-тематический план.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Количество часов** | **дата** |
| **теория** | **Практика** | **план** | **факт** |
| 1. | Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности правила игры: футбол, вышибалы. | 1 | 1 |  |  |
| 2. | Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей . Подвижные игры: «Ловушки» |  | 2 |  |  |
| 3. | Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехорда». Эстафета с прыжками. Самостоятельные игры: «Прыжки через скакалку», «Классики». |  | 2 |  |  |
| 4. | Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены» Самостоятельные игры: «Прыжки через скакалку», «Классики». |  | 2 |  |  |
| 5 | Инструктаж по технике безопасности Эстафета по кругу. Самостоятельные игры | 1 | 1 |  |  |
| 6. | Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик» |  | 2 |  |  |
| 7. | Комбинированная эстафета. Подвижные игры «Наперегонки парами», «Ловушки-перебежки». Самостоятельные игры |  | 2 |  |  |
| 8. | Разучивание игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. |  | 2 |  |  |
| 9. | Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты» Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.  |  | 2 |  |  |
| 10. | Эстафете с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната», «Не намочи ног». |  | 2 |  |  |
| 11. | Разучивание игр «Береги предмет», «Кто первый через обруч к флажку?» |  | 2 |  |  |
| 12. | Инструктаж по технике безопасности Правила игры в баскетбол. | 1 | 1 |  |  |
| 13. | «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору. |  | 2 |  |  |
| 14. | «Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору. |  | 2 |  |  |
| 15. | Разучивание игр «Покати – догони», «Прыгай выше и дружнее». Весёлые старты. |  | 2 |  |  |
| 16. | Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками. |  | 2 |  |  |
| 17. | Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору. |  | 2 |  |  |
| 18. | «Гонки санок», «Попади в цель». Игры по выбору. |  | 2 |  |  |
| 19. | Катание на лыжах. «Быстрые упряжки», «На санки». Игры по выбору. |  | 2 |  |  |
| 20. | Катание на лыжах. «Поменяй флажки», «Через препятствия». Самостоятельные игры. |  | 2 |  |  |
| 21. | Катание на лыжах. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки». Самостоятельные игры.  |  | 2 |  |  |
| 22. | Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето». Игры по выбору. |  | 2 |  |  |
| 23. | Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок. |  | 2 |  |  |
| 24. | Ходьба парами, тройками. . Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей. |  | 2 |  |  |
| 25. | Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен». Самостоятельные игры. |  | 2 |  |  |
| 26. | «Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол. |  | 2 |  |  |
| 27. | «Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол.  |  | 2 |  |  |
| 28. | «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч. |  | 2 |  |  |
| 29. | «Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры. |  | 2 |  |  |
| 30. | «Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик». |  | 2 |  |  |
| 31. | Инструктаж по технике безопасности Правила игры в волейбол Игры по выбору. | 1 | 1 |  |  |
| 32. | «Запрещённое движение», «Ловушки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору. |  | 2 |  |  |
| 33. | Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву» Комбинированная эстафета..  |  | 2 |  |  |
| 34. | Весёлые старты. |  | 2 |  |  |

**4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятий** | **Количество часов** |
| **Теория**  | **практика** | **Всего часов** |
| **1** | Введение. Первая встреча с игрой | **1** | **2** | **3** |
| **2** | Интеллектуально - познавательные игры | **1** | **4** | **5** |
| **3** | Подвижные игры разной интенсивности |  | **17** | **17** |
| **4** | Игры с мячами  | **1** | **20** | **21** |
| **5** | Игры с использованием спортивного инвентаря | **1** | **20** | **21** |
| **6** | Итоговое занятие |  | **1** | **1** |
| **Всего** | **4** | **64** | **68** |

**Содержание учебно-тематического плана**

Тема 1. «Введение» Теория: Путешествие в историю детских игр. Старинные детские забавы и современные подвижные игры. Правила безопасности при коллективных играх. Правила поведения на занятиях

Тема 2. «Интеллектуально - познавательные игры» Теория: Знакомство и систематизация знаний о видах интеллектуально-познавательных игр. Практика: Соревнование участников в эрудиции и интеллекте. Викторина «Правила Дорожного Движения». Викторина «Моя Родина».

Тема 3. «Подвижные игры разной интенсивности» Теория: Усвоение, запоминание и соблюдение правил игры. Правила безопасности при проведении подвижных игр. Практика: Игры «Светофор», «Ручеек», «Золотые ворота», «Тише едешь, дальше будешь», «Волк во рву», «Кто обгонит?», «Зайцы в огороде», «Кошки-мыш-ки», «Колдунчики», «Дракон», «Дед Мазай», «Мышеловка», «Не спи, не зевай», «Охотники», «Ловишки», «Два Мороза», «Бояре», «Белые медведи», «Шишки, желуди, орехи», «Салочки» и ее варианты (приседалки, прилипалки, выручалки, ножки на весу, домики и др.), «Коршун и наседка».

Тема 4. «Игры со снегом» Теория: Ознакомление со свойствами снега. Технология лепки больших снежных комков. Правила здоровьесбережения при игре со снегом. Практика: Постройка снежной крепости, Взятие снежного городка, Хоровод снеговиков, Снежный лабиринт, Скульптуры из снега, метание снежков в цель.

Тема 5. «Игры с использованием спортивного инвентаря» Теория: Правила безопасности при игре с мячом, со скакалкой. Практика: Эстафета с обручами и кеглями, игры с длинной скакалкой «Рыбак и рыбки», «Вбегаем – выбегаем»; игры с короткой скакалкой (прыгание на скорость, на время, фигурное и др.), игры с мячом «Съедобное – несъедобное», «Горячая картошка», «Перестрелка», эстафета с мячом. Тема 6. «Итоговое занятие» Практика: Конкурс «Придумай свою игру»

**5. Методическое обеспечение.**

**Материально-техническое обеспечение**

Материально-техническая база для реализации программы предполагает наличие и использование инфраструктуры учреждения: - просторной игровой или спортивной площадки на открытом воздухе, - спортивного зала или рекреационного помещения на случай плохой погоды, - оборудования, необходимого для проведения занятий (мячи, длинные и короткие скакалки, кегли, обручи).

**6. Список литературы**

Список использованной литературы: 1. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. Пособие для учителя. М. 2011 г. 2. Коджаспиров Ю. Г.: «Развивающие игры на уроках физической культуры. Начальные классы» 2011 год. 3. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 1-4 классы: Игровой подход. – М. 2015. Список литературы для педагога: 1. Литвинова М.Ф. «Русские народные подвижные игры». Под редакцией Л.В.Руссковой. М. 2012г. 2. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль, 2014. 3. Ценности дополнительного образования детей на современном этапе: Сборник материалов Всероссийских научно-педагогических чтений, посвященных памяти А.К. Бруднова. /Под ред. В.П.Голованова, Б.В.Куприянова; сост. О.В.Миновская, Л.С.Ручко.- Кострома: КОИРО, 2010 – 2011.- 232 с. 4. Дополнительное образование детей как сфера формирования способностей./ Научнометодическое пособие для организаторов воспитания и дополнительного образования детей. – М. – 2011. Научн. редактор и составитель Голованов В.П.