

Аннотация:

Рабочая программа «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями ФГОС НОО на основе программы формирования универсальных учебных действий. Программа для учащихся 4 классов. 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.

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.

Занятия в кружке продолжительностью 40-45 минут проводятся 1 раз в неделю в группах не более 15-ти детей.

*МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №2 с углублённым изучением
отдельных предметов» г. Реутов
143968, Московская обл., г. Реутов, Победы, д. 32; т/ф: 8(495) 528-03-73;
school2reut@mail.ru*

Директор МБОУ «СОШ №2»
_____ (Н. Е. Головина)
Приказ №_78в_____от _____
«_27_» _____мая_____2022г.

Дополнительная общеразвивающая программа

«Подвижные игры»

Направление внеурочной деятельности: спортивно - оздоровительная

Учебный год: 2022/2023

Возраст обучающихся: 4 класс

Количество часов по учебному плану: в неделю 1, за год 34

Срок реализации программы – 1 год

Автор - составитель:
Лифанова М.А.

Реутов

2022г.

Пояснительная записка:

У многих учащихся наблюдается низкая двигательная активность, отклонения 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 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.

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.

Адресат программы: учащиеся в возрасте 10-11 лет.

Новизна программы:

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа секции «Подвижные игры» по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер. В процессе занятий ребята проявляют положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Объём и срок освоения программы

Объём – 34 часа, срок освоения – 1 год

Форма обучения

Применяется очная форма обучения в соответствии с Законом № 273-ФЗ, гл.2, ст. 17, п. 2 [8].

Особенности организации образовательного процесса

Основу спортивной секции «Подвижные игры» составляет постоянная группа учеников 4 классов. На каждом занятии ребята отрабатывают приемы и навыки, необходимые для освоения техникой игры с мячами. Реализация программы секции «Подвижные игры» соответствует возрастным особенностям учащихся, способствует формированию личной культуры здоровья учащихся через организацию здоровьесберегающих практик.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Для обучения набираются все желающие, не имеющие противопоказаний для занятий спортивными играми.

Принципы и методы обучения:

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, систематичность, последовательность.

Ведущими методами обучения являются:

- словесные методы, создающие у обучающихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания, команды, распоряжения, указания, подсчёт;
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод.

Режим, периодичность и продолжительность занятий

Режим работы соответствует требованиям СанПиН (2.4.4.3172-14 от 04.07.2014г. №41) [7].

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 40 минут.

Формы аттестации

Итоговым контролем являются такие формы как:

1. Эстафеты;
2. Игровые соревнования;
3. Праздник ИГР.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Учитель регистрирует выполнение учащимися игровых элементов.

Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал, стадион, мячи, другой разнообразный спортивный инвентарь.

Учебно-тематический план

№	Наименование раздела	Кол-во часов
1	Охрана труда и техника безопасности	В процессе занятий
2	Теоретические основы	

3	Игры народов мира	10
5	Русские народные игры	20
6	Соревновательная подготовка, контрольные игры и соревнования	4
	Всего	34

Содержание программы:

Охрана труда и техника безопасности: Правила поведения и ТБ в спортивном зале, во время подвижных игр.

Теоретические основы: для активного использования упражнений с мячами учащимся необходимо познакомиться с происхождением мяча, видами мячей, их свойствами, возможностями использования, а также овладеть разнообразными действиями с ними.

Общая физическая подготовка: Физические упражнения, направленные на развитие ловкости, гибкости, быстроты.

Специальная физическая подготовка: к специальным упражнениям относятся индивидуальные и групповые упражнения.

Техническая подготовка: Понятие об игре. Анализ игровых упражнений.

Соревновательная подготовка, контрольные игры и соревнования: Проведение соревнований по упрощенным правилам.

По окончании реализации программы ожидается достижение следующих результатов:

- овладеть правилами подвижных игр;
- переносить освоенные игровые упражнения в самостоятельную игровую деятельность.

Календарно – тематическое (34 ч.)

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Русские народные игры -Гуси-лебеди, Жмурки.	1	1 неделя сентября
2	У медведя во бору, Мышеловка, Загадай животное.	1	2 неделя сентября

3	Охотники и утки, Салки, Займи свое место.	1	3 неделя сентября
4	Палочка- выручалочка, Ловишка с приседанием, Филин и пташки	1	4 неделя сентября
5	Совушка, Пустое место, Фанты.	1	5 неделя сентября
6	Кто быстрее? Серый волк, Горелки.	1	2 неделя октября
7	Ловишка в кругу, Мяч кверху.	1	3 неделя октября
8	Русская народная игра «Краски», «К своим флажкам».	1	4 неделя октября
9	Русская народная игра Третий лишний, Хитрая лиса.	1	1 неделя ноября
10	Кот идет, Карусель, Ляпка.	1	2 неделя ноября
11	Почта, Коршун, Большой мяч.	1	4 неделя ноября
12	Башкирская народная игра: «Стрелок»	1	1 неделя декабря
13	Бурятская народная игра: «Иголка, нитка, узелок»	1	2 неделя декабрь
14	Чувашская народная игра: «Хищник в море» (с веревкой)	1	3 неделя декабрь
15	Эстафета «С мячом»	1	4 неделя декабрь
16	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	5 неделя январь
17	Эстафета с обручем	1	2 неделя январь
18	Эстафета со скакалкой	1	3 неделя январь
19	Эстафета «Встречная»	1	4 неделя январь
20	Русская народная игра «Птицелов»	1	1неделя февраль
21	Якутская народная игра: «Соколиный бой»	1	2 неделя февраль
22	Якутская народная игра: «Сокол и лиса»	1	3 неделя февраль
23	Один лишний.	1	1 неделя март
24	Игра народов Сибири: «Отбивка оленей»	1	2 неделя март
25	Весёлые старты	1	3 неделя март
26	Совушка	1	4 неделя март
27	Мышеловка	1	5 неделя март
28	Пустое место	1	1 неделя апрель
29	Карусель	1	3 неделя апрель
30	Попади в цель	1	4 неделя апрель
31	Азербайджанская народная игра: «День и ночь»	1	1 неделя май
32	Лягушата и цыплята	1	2 неделя май
33	Карлики и великаны	1	3 неделя май
34	Эстафеты	1	4 неделя май

Список литературы:

1. Детские подвижные игры народов СССР/ Сост. А.В. Кенеман. –М.: Просвещение, 2010.
2. Подвижные игры и физкультминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
3. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.

4. Учебное пособие по организации детского досуга в лагере и школе. – М.; Педагогическое общество России, 2010.