

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение
г. Бузулука «Средняя общеобразовательная школа № 8»

«Рассмотрено и принято»
на заседании педагогического совета
МОАУ «СОШ №8»
Протокол № 1
от «28» августа 2018 г.



«Утверждаю»
Директор МОАУ «СОШ №8»
С.В.Саяпина
«29» августа 2018 г.

Приказ № 01-08/247/1 от
« 29 » августа 2018г.

ПРОГРАММА курса
внеурочной деятельности

«Спортачок»

Возраст детей: 1 класс

Срок реализации: 1 год (34 ч)

Составитель:

Крюкова Наталья Александровна

Бузулук, 2018 г.

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с законом Российской Федерации «Об образовании», Федеральным государственным образовательным стандартом.

Актуальность и перспективность программы.

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.

Возрастная группа.

Программа рассчитана на учащихся 1-2 класс с количеством часов в год: 1класс-33 часа
2класс-34 часа

Периодичность занятий 1 раз в неделю. Продолжительность одного занятия:

1класс-35 мин.

2 классы по 40 мин.

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;

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

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

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

Учебно-тематический план для 1 класса

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

п/п	Тема занятия	Содержание занятий	часов	плану	по факту
1	Гуси-лебеди	Знакомство с правилами игры	1	8.09.	8.09
2	У медведя во бору	Знакомство с правилами игры и проведением игры	1	15.09	15.09
3	Филин и пташки	Знакомство с правилами игры и обработка этапов игры	1	22.09	22.09
4	Палочка- выручалочка	Проведение игры	1	29.09	29.09
5	Блуждающий мяч	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра	1	5.10	5.10
6	Классики	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	1	12.10	12.10
7	Ловушка в кругу	Правила игры. Проведение игры.	1	19.10	19.10
8	Пчелки и ласточки	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	1	26.10	26.10
9	К своим флажкам	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра	1	16.11	16.11
10	Кот идет	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	1	23.11	23.11
11	Северный и южный ветер	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра	1	30.11	30.11
12	Соревнования скороходов	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра	1	7.12	7.12
13	Колдунчики	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра	1	14.12	14.12
14	Аисты	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	1	21.12	21.12
15	Пчелы и медведи	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры	1	28.12	28.12
16	Хитрая лиса	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра	1	11.01	
17	Ловушки с приседаниями	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры	1	18.01	
18	Переправа с досками	Проведение игры	1	25.01.	
19	Туннель	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	1	1.02	

20	Собери урожай	Знакомство с правилами игры и проведением игры	1	8.02	
21	На погрузке арбузов	Проведение игры	1	15.02	
22	Принеси мяч	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	1	22.02.	
23	Успей перебежать	Проведение игры	1	8.03.	
24	С мячом	Знакомство с правилами игры и проведением игры	1	15.03	
25	Карлики и великаны	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры	1	22.03	
26	Эстафеты на развитие скорости	«Совушка»	1	29.03.	
27	Эстафеты на развитие внимания	«Мышеловка»	1	5.04	
28	Эстафеты на развитие беговых способностей	«Пустое место»	1	12.04	
29	Эстафеты на развитие силы	«Карусель»	1	19.04	
30	Эстафеты на развитие беговых способностей	«Кто быстрее?»	1	26.04	
31	Эстафеты на развитие реакции	«Конники-спортсмены»	1	10.05	
32	Эстафеты на развитие внимания	«Лягушата и цыплята»	1	17.05	
33	Эстафеты на развитие координации	«Весёлые старты»	1	24.05	

Информационно-методическое обеспечение.

1. Учебник 1-4 классы физическая культура, для общеобразовательных учреждений, В.И. Лях. Просвещение 2014г
2. Учебник 5-6 классы физическая культура, для общеобразовательных учреждений, В.И. Лях. Просвещение 2014г

Результативность курса внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

Личностными результатами внеурочной деятельности «Подвижные игры» являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

является формирование универсальных учебных действий (УУД).

- Регулятивные УУД:
 - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
 - проговаривать последовательность действий во время занятия;
 - учиться работать по определенному алгоритму
- Познавательные УУД:
 - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- Коммуникативные УУД:
 - 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.

Планируемый результат:

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;

- младший обучающийся 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.
- участие в спортивных мероприятиях согласно плану воспитательной работы МКОУ «Приреченская ООШ».

Методическое обеспечение.

1. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы - М.:Просвещение, 2007 г.,
2. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 1975
3. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 1983г.
4. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение. 1980г.
5. Яковлев В. Г. Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
6. <http://vashechudo.ru/> игры зимой