

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Красненская средняя общеобразовательная школа
имени М.И. Светличной»

Рассмотрено
на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от 31 августа 2015 г.

Утверждаю:
Директор МОУ «Красненская средняя
общеобразовательная школа
имени М.И. Светличной»
 Т.Б. Антипенко
Приказ № 275
от 31 августа 2015 г. 2015 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Русские народные игры »

(спортивно – оздоровительное направление)

Возраст обучающихся 6-7 лет

Срок реализации 2 года

Составитель: учитель – физической культуры
Анохин Сергей Дмитриевич

с. Красное, 2015 г

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Русские народные игры» разработана в соответствии с требованиями федерального компонента государственного стандарта начального образования (Москва, 2004). Программа имеет спортивно-оздоровительное направление. Рассчитана на уровень начального общего образования.

Логика изложения и содержание рабочей программы полностью соответствует требованиям федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Цель программы:

Создание условий для всестороннего развития личности и раскрытия творческого потенциала каждого ребенка

Задачи программы:

- формировать навыки, необходимые в повседневной жизни;
- развивать физические качества;
- подвести учащихся к пониманию особенностей организма человека и его возможностей;
- воспитывать морально-нравственные качества;
- воспитывать бережное отношение к здоровью и понимание необходимости ведения здорового образа жизни;
- способствовать снижению влияния негативных факторов на здоровье детей.

Отличительная особенность данной программы

Сочетание двигательной и познавательной деятельности. На занятиях, кроме получения знаний, дети развивают свои физические качества и приобретают навыки, необходимые в жизнедеятельности.

Новизна программы

В предлагаемой программе «Русские народные игры» сделана попытка сформировать навыки и углубить знания в области народных игр в раннем школьном возрасте.

Актуальность программы

Актуальность данной программы заключается в том, что в настоящее время дети в раннем школьном возрасте подвергаются воздействию ряда сбивающих факторов (неудобная обувь, неправильная осанка при ходьбе, неподходящий инвентарь в школе) при формировании жизненно необходимых навыков ходьбы и бега. Программа позволяет обратить внимание ребенка на правильную технику ходьбы, бега, прыжков и метаний, снизить влияние негативных факторов, сформировать привычку к занятиям спортом, активному досугу, привить внимательное отношение к своей осанке и манере ходьбы, научить быстро и правильно принимать решения в возникающих в жизни ситуациях.

Педагогическая целесообразность:

В младшем школьном возрасте происходит становление личности, самоопределения, осознания своего собственного «Я». Не упустить эту возможность, помочь ребенку самоутвердиться и, одновременно, обрести душевное благополучие от ощущения того, что ты значим в социуме – это основная задача всех педагогов.

Рабочая программа рассчитана на 33 часа в 1 классе и 34 часа во 2 классе.

Количество часов в неделю – 1.

Программа рассчитана на работу с детьми 6-8 лет.

Формы и режим занятий

Программа «Русские народные игры» предусматривает следующий режим занятий с детьми: Занятия проводятся 1 раз в неделю во второй половине дня.

Используются такие формы, как:

- сочетание индивидуальных и коллективных форм работы, что позволяет организовывать содержательное общение детей;
- взаимосвязь учебной с другими видами деятельности: игровой, познавательной, что обеспечивает разностороннее развитие личности и возможность переключения внимания;
- использование приемов и методов общепедагогического влияния: поощрение достижений ребенка, закрепление веры в успех;
- использование экскурсий в целях наглядного изучения природных и других явлений;

Выбор форм и методов работы обусловлен содержанием воспитания и обучения, достигнутым уровнем развития детского коллектива, возрастными и индивидуальными особенностями детей.

Планируемые результаты

Личностные универсальные учебные действия

У обучающегося будут сформированы:

- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные и подвижные игры;
- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений.

Обучающийся получит возможность для формирования

- интереса к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;
- устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в познавательной и досугово-игровой деятельности.

Метапредметные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- понимать необходимость правильно держать осанку;
- принимать и сохранять познавательные задачи, в том числе практические;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;
- ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;
- контролировать свои действия в коллективной работе;
- соблюдать правила взаимодействия с напарниками;
- во время подвижных игр учитывать реакцию партнера на игру, следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья.
- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях;
- точно и полно передавать партнеру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий; задавать вопросы, необходимые для организации деятельности.

Предметные универсальные учебные действия

Обучающийся получит возможность научиться:

- характеризовать названия разучиваемых упражнений;
- объяснять основные правила игры;
- исправлять типичные ошибки при выполнении упражнений;
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях ;
- контролировать свое самочувствие;

Оценка метапредметных результатов

Основным объектом оценки метапредметных результатов служит сформированность у обучающегося регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных учебных действий.

Оценка метапредметных результатов проводится в ходе различных процедур. В итоговые проверочные работы выносятся оценка сформированности большинства познавательных учебных действий и навыков работы с информацией, а также опосредованная оценка сформированности ряда коммуникативных и регулятивных действий. Методы оценки: фронтальный письменный, индивидуальная беседа, анкетирование, наблюдение. Инструментарий: творческие задания, проекты.

Содержание программы 1 год обучения

1. Общие подвижные символические игры

«Бездомный заяц», «Борящаяся цепь», «день, ночь», «Гуси лебеди», «веселые старты»

2. Игры, формирующие правильную осанку

Осанка – стержень всего тела. Причины ухудшения осанки. Подбор одежды и обуви для профилактики нарушения ОДА. Упражнения для формирования осанки и профилактики нарушения ОДА. «Бои на бревне», «Петушиный бой»

3. Игры со скакалками

«Скакалочка», «Удочка»

4. Игры с бегом

Подвижные игры с элементами бега. Эстафеты с предметами. Игры с прыжками и бегом. Игры с мячами для фитнеса. «Дорожки», «Караси и щуки», «Змейка», «Пятнашки», «Салка», «Город бегунов»

5. Игры с прыжками

«Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Перетягивание прыжками», «Болото».

6. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча

Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с близкого расстояния. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель со среднего и дальнего расстояния. Метание малого мяча на дальность. Попадание в объемные предметы.

«Охотники и утки», «Сильный бросок», Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч».

7. Игры с лазанием и перелазанием

«Взятие снежного городка» Оборудование игровой площадки. Продумывание игровых правил. Проведение игр. Организация силами группы игр для младших школьников.

«Распутай веревочку», «Защита укрепления», «Кошки мышки».

8. Игры для развития внимания

«Волк и овцы», «Жмурки», «Класс смирно», «Вызов номеров».

9. Русская лапта

История игры. Игровые правила. Лапта и бейсбол. Оборудование игровой площадки и изготовление спортивного инвентаря. Отработка игровых приёмов. Двусторонние игры. Организация силами школьников внутришкольного турнира по лапте.

10. Игры с разными предметами

«Городки» История игры. Игровые правила. Оборудование игровой площадки и изготовление спортивного инвентаря. Отработка игровых приёмов. Игры. Групповой турнир. Организация силами группы внутришкольного турнира по городкам.

Содержание программы 2 год обучения

1. Общие подвижные символические игры

«Бездомный заяц», «Борящаяся цепь», «день, ночь», «Гуси лебеди», «веселые старты»

2. Игры, формирующие правильную осанку

Осанка – стержень всего тела. Причины ухудшения осанки. Подбор одежды и обуви для профилактики нарушения ОДА. Упражнения для формирования осанки и профилактики нарушения ОДА. «Бои на бревне», «Петушиный бой»

3. Игры со скакалками

«Скакалочка», «Удочка»

4. Игры с бегом

Подвижные игры с элементами бега. Эстафеты с предметами. Игры с прыжками и бегом. Игры с мячами для фитнеса. «Дорожки», «Караси и щуки», «Змейка», «Пятнашки», «Салка», «Город бегунов»

5. Игры с прыжками

«Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Перетягивание прыжками», «Болото».

6. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча

Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с близкого расстояния. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель со среднего и дальнего расстояния. Метание малого мяча на дальность. Попадание в объёмные предметы.

«Охотники и утки», «Сильный бросок», Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч».

7. Веселые старты

Эстафеты с мячами, эстафеты с обручами, эстафеты с элементами спортивных игр, Эстафеты со скакалками, эстафеты с гимнастическими палками.

8. Подвижные игры на основе спортивных игр

Подвижные игры с элементами футбола, баскетбола, волейбола. Игра «Пионербол».

9. Русская лапта

История игры. Игровые правила. Лапта и бейсбол. Оборудование игровой площадки и изготовление спортивного инвентаря. Отработка игровых приёмов. Двусторонние игры. Организация силами школьников внутришкольного турнира по лапте.

10. Игры с разными предметами

«Городки» История игры. Игровые правила. Оборудование игровой площадки и изготовление спортивного инвентаря. Отработка игровых приёмов. Игры. Групповой турнир. Организация силами группы внутришкольного турнира по городкам.

Тематическое планирование 1 год обучения

№ п/п	Название модуля	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Общие подвижные символические игры	5	1	4
2	Игры формирующие правильную осанку	1		1
3	Игры со скакалками	3		3
4	Игры с бегом	3	1	2
5	Игры с прыжками	3		3
6	Игры с метанием, Передачей и ловлей мяча	5		5
7	Игры с лазанием и перелазанием	3		3
8	Игры для развития внимания	3		3
9	Русская лапта	5		5
10	Игры с разными предметами	2		2
	Всего	33	2	31

Тематическое планирование 2 год обучения

№ п/п	Название модуля	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Городки	5	1	4
2	Игры формирующие правильную осанку	1		1
3	Игры со скакалками	3		3
4	Игры с бегом	3	1	2
5	Игры с прыжками	3		3
6	Игры с метанием, Передачей и ловлей мяча	5		5
7	Веселые старты	3		3
8	Подвижные игры на основе спортивных игр	3		3
9	Русская лапта	6		6
10	Игры с разными предметами	2		2
	Всего	34	2	32

Формы подведения итогов реализации программы:

В конце учебного года проводится аттестация в форме:

- проведение соревнований по изученным подвижным народным играм
- составление своего режима дня
- составление комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики

Методическое обеспечение программы

В процессе занятий используются различные формы и методы

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (беседа, рассказ, лекция и т.д.)
- наглядный (показ задания педагогом, просмотр иллюстраций, показ мультимедийных материалов)
- практические (выполнение задания по карточкам, выполнение упражнений)

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности
- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся

- Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:
- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися
- групповой – организация работы в группах
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий.

Техническое оснащение занятий

Для занятий в кружке необходимо иметь:

- спортивную одежду и обувь

В занятиях будут использоваться:

- гимнастические маты
- мячи для футбола, баскетбола, волейбола, тенниса
- скакалки
- обручи
- набивные мячи
- кегли
- эстафетные палочки

Список литературы

1. Лях В.И. «Физическая культура» 1 – 4 класс : учебник для образовательных учреждений / В.И. Лях. – М. : Просвещение, 2012.
2. Григорьев Д.В., Степанов П.В. «Внеурочная деятельность школьников»: Методический конструктор пособие для учителей - М. : Просвещение, 2010