

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 178» городского округа Самара

Рассмотрено
на заседании МО учителей
начальной школы
Протокол
№ 1 от «29» августа 2019г.
Председатель МО
Ю.А. Можнова/

Проверено
«30» августа 2019г.
Зам.директора по УВР
Стрелкова /И.В.Стрелкова

Утверждаю
Директор школы
Н.П.Самаркина/
Приказ № 202
от «2» сентября 2019г.



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности для обучающихся 2 - 4 классов
«Поиграй-ка»

Форма организации: кружок

Направление: спортивно-оздоровительное

Срок реализации: 3 года

Программа составлена: Бондаренко В.А. учителем начальных классов
МБОУ Школы № 178 г.о.Самара

Спортивно-оздоровительное направление

Образовательная программа «Поиграй-ка»

Пояснительная записка

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (Москва, Просвещение, 2014 г.)

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся 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 учащихся 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 или продолжают существовать.

Для достижения положительного результата педагог «встраивает» разнообразные подвижные, спортивные игры в режим жизнедеятельности младших школьников для использования в целях адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Актуальность программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

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

Основными задачами 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.

Сроки реализации программы

Программа для 2-4 класса рассчитана на 102 часа, по 34 часа в год (1 час в неделю)

Предполагаемые результаты

Личностными результатами курса «Поиграй-ка» 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 курса «Поиграй-ка» 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;
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

Предметными результатами

освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных 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;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

- 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;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- 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;
- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя.

Воспитательные результаты

Результаты 1 уровня:

- умение играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями;
- освоение элементов физической подготовки.

Результаты 2 уровня:

- владение мячом: держание, передача на расстоянии до 5 метров, ловля и ведение мяча;
- преодоление с помощью бега и прыжков полосу препятствий;
- получение учащимися позитивного отношения к занятиям подвижными играми, как способе укрепления собственного здоровья.

Результаты 3 уровня:

- приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия в виде постоянного занятия спортом;
- приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности через участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях окружающего социума.

Содержание программы

1. Вводное теоретическое занятие (1ч)

Правила поведения и безопасности во время занятий подвижными играми.

2. «Русские народные игры» (10 ч)

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.

3. «Игры народов России» (8ч)

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

4. «Подвижные игры» (7 ч)

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

5. «Эстафеты» (7ч)

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

6. Итоговое занятие (1ч)

Формы и методы работы

- игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке или в спортивном зале;
- эстафеты;
- соревнования;
- конкурсы.

Организация работы групповая

Форма отчёта по курсу.

Разучить игру с классом.

Тематическое планирование

во 2 классе (34 часа)

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Вводное теоретическое занятие(инструкция по ТБ).	1	0,5	0,5
«Русские народные игры»				
2	Русская народная игра « Краски».	1		1
3	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1		1
4	Русская народная игра «Горелки».	1		1
5	Русская народная игра «Кот и мыши».	1		1
6	Русская народная игра «Пятнашки».	1		1
7	Русская народная игра «Охотники и зайцы».	1		1
8	Русская народная игра «Фанты».	1		1
9	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями».	1		1
10	Русская народная игра «Волк».	1		1
11	Русская народная игра «Птицелов».	1		1
«Игры народов России»				
12	Познавательная беседа «Игры народов России».	1	0,5	0,5
13	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень».	1		1
14	Бурятская народная игра «Ищем палочку».	1		1
15	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок».	1		1
16	Марийская народная игра «Катание мяча»	1		1
17	Татарская народная игра	1		1

	«Серый волк»			
18	Чувашская игра «Рыбки	1		1
19	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1		1

«Подвижные игры»

20	Подвижная игра «Совушка».	1		1
21	Подвижная игра «Мышеловка».	1		1
22	Подвижная игра «Карусель».	1		1
23	Подвижная игра «Пустое место».	1		1
24	Подвижная игра «Лягушка и цыплята».	1		1
25	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1		1
26	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1		1

«Эстафеты»

27	Эстафета со скакалкой.	1		1
28	Эстафета по кругу.	1		1
29	Эстафета с обручем.	1		1
30	Эстафета с передачей мяча.	1		1
31	Эстафета «Вызов номеров»	1		1
32	Эстафета «Передача мяча».	1		1
33	Эстафета «Быстрые и ловкие».	1		1
34	Ярмарка игр	1		1

Тематическое планирование

в 3 классе (34 часа)

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Вводное теоретическое занятие(инструкция по ТБ).	1	0,5	0,5
«Русские народные игры»				
2	Русская народная игра «Горелки».	1		1
3	Русская народная игра «Светофор»	1		1
4	Русская народная игра «Ляпки».	1		1
5	Русская народная игра «Переправа»	1		1
6	Русская народная игра «День и ночь»	1		1
7	Русская народная игра «Сумей догнать»	1		1
8	Русская народная игра «Быстро шагай»	1		1
9	Русская народная игра «Пятнашки по кругу»	1		1
10	Русская народная игра «Салки».	1		1
11	Русская народная игра «Третий лишний на прогулке»	1		1
«Игры народов России»				
12	Познавательная беседа «Игры народов России».	1	0,5	0,5
13	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1		1
14	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	1		1
15	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	1		1
16	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	1		1
17	Мордовские народные игры	1		1

	«Котел», «Круговой»			
18	Северо-Осетинская игра «Борьба за флаги».	1		1
19	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка»	1		1

«Подвижные игры»

20	Подвижная игра «Чай, чай, выручай!»	1		1
21	Подвижная игра «Караси и щука»».	1		1
22	Подвижная игра «Карусель».	1		1
23	Подвижная игра « Ворота»	1		1
24	Подвижная игра «Волки и овцы»	1		1
25	Подвижная игра «Третий лишний».	1		1
26	Подвижная игра «Платок»	1		1

«Эстафеты»

27	Эстафета со скакалкой.	1		1
28	Эстафета по кругу.	1		1
29	Эстафета с обручем.	1		1
30	Эстафета с передачей мяча.	1		1
31	Эстафета «Вызов номеров»	1		1
32	Эстафета «Передача мяча».	1		1
33	Эстафета «Встречная».	1		1
34	Ярмарка игр	1		1

Тематическое планирование

в 4 классе (34 часа)

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Вводное теоретическое занятие (инструкция по ТБ).	1	0,5	0,5
«Русские народные игры»				
2	Русская народная игра « Жмурки».	1		1
3	Русская народная игра «Горелки с платочком»	1		1
4	Русская народная игра «Кружева»	1		1
5	Русская народная игра «Салки с домом».	1		1
6	Русская народная игра «Пустое место».	1		1
7	Русская народная игра «Большой мяч».	1		1
8	Русская народная игра «Зайки».	1		1
9	Русская народная игра «У медведя во бору».	1		1
10	Русская народная игра «В ногу».	1		1
11	Русская народная игра «Волки во рву».	1		1
«Игры народов России»				
12	Познавательная беседа «Игры народов России».	1	0,5	0,5
13	Марийская народная игра «Колечко»	1		1
14	Карельские народные игры «Заяц и волк», «Ворона в поле»	1		1
15	Калмыцкие народные игры «Кто самый меткий», «Нападение»	1		1
16	Тувинская народная игра «Найди бусинку»	1		1
17	Якутские народные игры	1		1

	«Сокол и лиса», «Пятнашки»			
18	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1		1
19	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1		1

«Подвижные игры»

20	Подвижная игра «Охотники и утки»	1		1
21	Подвижная игра «Лови-бросай»	1		1
22	Подвижная игра «Гуси-лебеди».	1		1
23	Подвижная игра «Кружева»	1		1
24	Подвижная игра «Дедушка-рожок»	1		1
25	Подвижная игра «Попробуй поймай»	1		1
26	Подвижная игра «День и ночь»	1		1

«Эстафеты»

27	Эстафета со скакалкой.	1		1
28	Эстафета по кругу.	1		1
29	Эстафета с обручем.	1		1
30	Эстафета с передачей мяча.	1		1
31	Эстафета «Конвейер»	1		1
32	Эстафета «Прокати мяч».	1		1
33	Эстафета «Змейка».	1		1
34	Ярмарка игр	1		1