

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Верхне – Идинская средняя общеобразовательная школа »

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по
воспитательной работе
МБОУ «Верхне-Идинская СОШ»

Масленг /Г.С.Масленг/

«1» *сентября* 2023г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ
«Верхне-Идинская СОШ»

Перминова /О.А.Перминова/

«30» *августа* 2023г.



Программа по внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительной направленности
« Спортивные игры»

Срок освоения программы – 1 год

Количество часов в неделю – 1ч.

Автор программы:
Вороная Алёна Сергеевна
учитель начальных классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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 выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале и на площадке веселыми и разнообразными подвижными спортивными играми.

Назначение программы заключается в том, что внеурочная деятельность «Спортивные игры» является одной из форм работы по предмету «Физическая культура» и переходной ступенью к специализированным занятиям спортом. Она создает для желающих улучшить свою физическую подготовленность и определить интересы и возможности для специализации в том или ином виде спорта. Внеурочная деятельность позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждения интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Цели:

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям физической культуры, формирование навыков здорового образа жизни, удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научиться владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи:

1. Образовательные:

- познакомить учащихся со спортивными играми через подвижные игры, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

2. Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- расширять спортивный кругозор детей.

3. Воспитательные:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Актуальность программы в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в создании условий для самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей. Наиболее интересной и физически

разносторонней являются подвижные игры, на основе которых развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

Новизна и актуальность программы «Спортивные игры» в том, что она позволяет последовательно решать задачи физического воспитания, так как кратчайший курс к знаниям, к уму пролегает через радость, через игру, которая способствует раскованности, снимает многие противоречия, ставит ребенка перед необходимостью выкладываться до конца.

Сроки реализации программы- Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» рассчитана на детей от 7-10 лет. Программа спортивно-оздоровительного направления. Недельное количество часов, отведённых на изучение курса – 1 ч.

Годовое количество часов, отведенных на изучение курса- 34 ч.

Расписание: Пятница 12:10-12:50

ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- *Личностные результаты-* готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личные качества; сформированность основ российской гражданской идентичности;
- *Метапредметные результаты-* освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные,);
- *Предметные результаты-* освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению. А также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих умений:

- Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры»- является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. регулятивные УУД:
 - определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
 - прогнозировать последовательность действий на занятии;

- учить высказывать свое предположение (версию) на основе работы с правилами игры, учить работать по предложенному учителем плану;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятии;
- средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. познавательные УУД:

- делать предварительный отбор подвижных игр;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе предметных рисунков, схематических рисунков, схем;
- средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

3. коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной форме на уровне одного предложения или текста;
- слушать и понимать речь других;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);
- совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своем здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

Форма организации обучения:

-командная, малыми группами, индивидуальная.

Способы проведения занятий:

Основные задачи теоретических знаний- дать необходимые знания по истории, теории и методике физической культуры, о врачебном контроле и самоконтроле, о гигиене, о технике безопасности, о первой медицинской помощи при травмах, о технике и тактике видов спорта, о правилах поведения на различных сооружениях.

При подборе средств и методов практических занятий руководитель внеурочной деятельности должен иметь в виду, что каждое занятие должно быть интересным и увлекательным, поэтому следует использовать для этой цели комплексные знания, в содержании которых включаются упражнения из разных видов спорта. Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными, оздоровительными целями занятия.

Место проведения: в классной комнате (в холодное время года), на спортивной площадке (в теплое время года).

Для реализации программы «Спортивные игры» необходима материально-техническая база: обручи, скакалки, мячи, гимнастические маты, лыжи, футбольное поле, площадка для игры в волейбол.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Раздел I. Бессюжетные игры.

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля.

Раздел II. Игры-забавы.

Учащимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

Раздел III. Народные игры.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

Раздел IV. Любимые игры детей.

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Этом испытать радость.

ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Бессюжетные игры	4 часа

2	Игры-забавы	13 часов
3	Народные игры	12 часов
4	Любимые игры детей	5 часов
Итого:		34 часа

Тематическое планирование

№ п/п	Разделы программы/ темы занятий	Кол-во часов		Основные виды внеурочной деятельности обучающихся
		Теория	практика	
1	Организационно-методические требования на занятиях «Спортивные игры»	1		Ознакомление с правилами ТБ при проведении спортивных игр
2	Бессюжетные игры. «Вороны и воробьи»	0,5	0,5	Знакомство с бессюжетными играми.
3	П/и «Ловишки- перебежки»	1		Отработка игровых действий
4	П/и «Паровозик»		1	Знакомство с техникой передвижений, стоек, поворотов
5	П/и «Веселый бег»		1	Практическое занятие
6	П/и «Попади в след»		1	Практическое задание
7	П/и «Заря-заряница»		1	Практическое задание
8	Игры- забавы. П/и «Охота на тигра»	0,5	0,5	Познакомить обучающихся с играми забавами. Разучивание игры
9	П/и «Донеси рыбку»		1	Практическое задание
10	П/и «Черепаша-путешественница»		1	Практическое задание
11	П/и «Собери орехи»		1	Практическое задание
12	П/и «Повяжу я шелковый платочек»		1	Практическое задание
13	П/и «Флаг на башне»		1	Практическое задание
14	П/и «Флаг на башне»		1	Практическое занятие
15	П/и «Волк во рву»		1	Практическое занятие
16	П/и «Командные собачки»		1	Практическое занятие
17	П/и «Салки дай руку»		1	Практическое занятие
18	Народные игры. Русская народная игра «Краски»	0,5	0,5	Познакомить обучающихся с элементами народных игр.
19	Русская народная игра «Краски»		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
20	Русская народная игра «Стадо»		1	Практическое занятие
21	Таджикская народная игра «Горный козел»		1	Практическое занятие

22	Украинская народная игра «Хлебец»		1	Практическое занятие
23	Чеченская народная игра «Игра в башню»		1	Практическое занятие
24	Дагестанская народная игра «Достань шапку»		1	Практическое занятие
25	Бурятская народная игра «Волк и ягнята»		1	Практическое занятие
26	Чувашская народная игра «Спутанные кони»		1	Практическое занятие
27	Армянская народная игра «Статуя»		1	Практическое задание
28	Японская народная игра «Аист и лягушки»		1	Практическое занятие
29	Японская народная игра «Аист и лягушки»		1	Практическое задание
30	Любимые игры детей. П/и «Увернись от мяча»	0,5	0,5	Познакомить обучающихся с играми, в которые играли их родители.
31	П/и «Третий лишний»		1	Практическое занятие
32	П/и «мяч среднему», «Мяч соседу»		1	Практическое занятие
33	П/и «Совушка»		1	Практическое занятие
34	П/и «Совушка»		1	Практическое занятие
		4	30	
Итого:			34 часа	

Список литературы для обучающихся

1. Маюров, А.Н., Маюров, Я.А. В здоровом теле – здоровый дух. Учебное пособие для ученика и учителя. – М., Педагогическое общество России, 2004.
2. Садыкова, С.Л. Физическая культура. 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время. – Волгоград: Учитель, 2008.

Список литературы для учителя

1. Баранцев, С.А., Береуцин, Г.В. и др. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1988.
2. Геллер, Е.М. Знакомьтесь: Спортландия. – М.: «Знание», 1989.
3. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. - М.: ВАКО 2004.
4. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учебник для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000.
5. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004.
6. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от одного года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994.

