

Рабочая программа внеурочной деятельности по курсу ««Подвижные игры»»

Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности по курсу ««Подвижные игры»» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Рабочая программа рассчитана на один год обучения для обучающихся 3 классов. В год 34 часов (1 час в неделю).

Программа дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Программа данного курса представляет систему развития двигательной активности игрового характера для обучающихся 4 классов и составлена с учётом:

1) с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);

2) Гусева, Т. А. Карточка сюжетных картинок. Выпуск 14. Подвижные игры / Т.А. Гусева, Т.О. Иванова. - М.: Детство-Пресс, 2011;

3) Лях В.И. Зданевич А. А. «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» 5-е издание -М: «Просвещение», 2008;

4) Лях В.И. «Физическая культура.1-4 классы» Учебник для общеобразовательных организаций -М: «Просвещение», 2014;

5) Лях В.И. «Комплексная программа физического воспитания учащихся.1-11 классы» -М: «Просвещение»,2011;

Актуальность программы заключается в укреплении здоровья, совершенствование физических качеств, овладение определенными двигательными действиями, развитие мышления, творчества и самостоятельности, формирование интересов к спорту, потребности в систематических занятиях различными видами спорта.

Целью программы является сформировать привычку к здоровому образу жизни.

Основные задачи:

Оздоровительные:

- улучшать функциональное состояние организма;
- повышать физическую и умственную работоспособность;
- способствовать снижению заболеваемости;

Образовательные:

- ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;
- формировать правильную осанку;
- обучать диафрагмально-релаксационному дыханию;
- изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;
- формировать у детей навыки здорового образа жизни;

Воспитательные:

- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка;
- формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
- воспитать активность и самостоятельность в двигательной деятельности;
- воспитать культуру общения со сверстниками и сотрудничества в условиях игровой и соревновательной деятельности;
- воспитать эмпатию, умения работать в команде;

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в МАОУ СОШ №19.

Преимственность. Курс «Подвижные игры» является составной частью внеурочной деятельности, дополняет программный курс физического воспитания (В.И. Ляха «Физическая культура в 1-4 классах»).

Данный курс ориентирован на достижения личностных и метапредметных результатов.

1. Результаты освоения курса дополнительного образования.

Личностные результаты:

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;

Метапредметные результаты:

1.Регулятивные

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями е

- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности.

2.Познавательные

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

Учащиеся должны уметь:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

3. коммуникативные

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Предметные результаты:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру 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 инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

Контроль и оценка планируемых результатов.

В основу изучения кружка положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. Воспитательные результаты внеурочной деятельности оцениваются по трём уровням:

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не

получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых невозможно существование гражданина и гражданского общества.

Содержательный контроль и оценка результатов обучающихся предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения предмета ребёнком и не допускает сравнения его с другими детьми.

Результаты проверки фиксируются у учителя.

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

- степень помощи, которую оказывает учитель обучающимся при выполнении заданий: чем помощь учителя меньше, тем выше самостоятельность учеников и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;
- поведение обучающихся на занятиях: заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты занятий;
- косвенным показателем эффективности данных занятий может быть повышение успеваемости по разным школьным дисциплинам, а также наблюдения учителей за работой учащихся на других уроках (повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности).

2. Содержание программы.

(1 час в неделю, всего 34 ч.)

В рамках данной программы реализуются следующие виды и формы деятельности достижения воспитательных результатов:

Уровень результатов Виды внеурочно деятельности	Приобретение социальных знаний	Формирование ценностного отношения к социальной реальности	Получение опыта самостоятельного общественного действия
Игровая	Игра с ролевым акцентом		
	Игра с деловым		
	Социально моделирующая игра		

Основной формой организации деятельности является групповое занятие. Для того, чтобы избежать монотонности учебно-воспитательного процесса и для достижения оптимального результата на занятиях используются различная работа с воспитанниками:

- Фронтальная;
- Работа в парах, тройках, малых группах;
- Индивидуальная;

- Теоретические, практические, комбинированные - занятия. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП, игры;
- Занятия оздоровительной направленности;
- Праздники;
- Эстафеты, соревнования.

3. Тематическое планирование.

(3-е классы, 34 ч. в год, 1 час в неделю)

№ п/п	Название разделов	Количество часов		
		Всего	Аудиторные	Внеаудиторные
1.	История игр.	3	3	-
2.	Игры на свежем воздухе.	7	-	7
3.	Игры со спортивным инвентарем.	5	5	-
4.	Веселые старты.	5	2	3
5.	Игры с элементами общеразвивающих упражнений.	14	10	4
	ИТОГО	34	20	14

Приложение №1. Календарно-тематическое планирование курса (34 часов).

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов	Дата проведения занятия	Примечание
1. История игр (3 часов)				
1.	Вводный инструктаж по ТБ. Формирование группы.	1		
2.	История возникновения подвижных игр.	1		
3.	Правила, условия, традиции народных подвижных игр.	1		
2. Игры на свежем воздухе (7 часов)				
4.	«Волки во рву».	1		
5.	«Волки и овцы».	1		
6.	«Медведь и вожак».	1		
7.	«Водяной».	1		
8.	«Чехарда».	1		
9.	«Жмурки».	1		
10.	«Пионербол»	1		
3. Веселые старты (2 часа)				
11.	Эстафеты с мячом.	1		
12.	Эстафета «Переправа».	1		
4. Игры со спортивным инвентарем (2 часа)				
13.	«Квинта».	1		
14.	«Неудобный бросок».	1		

5. Игры с элементами общеразвивающих упражнений (8 часов)				
15.	«Светофор».	1		
16.	«Гуси-лебеди».	1		
17.	«Два мороза».	1		
18.	«День и ночь».	1		
19.	«Салки-пересекалки».	1		
20.	«Гусеница».	1		
21.	«Серая утка».	1		
22.	«Хромая уточка».	1		
6. Веселые старты (3 часа)				
23.	Эстафеты со скакалкой.	1		
24.	Эстафета «Меткий стрелок».	1		
25.	Эстафета «Кенгуру».	1		
8. Игры со спортивным инвентарем (3 часа)				
26.	«Петушиный бой».	1		
27.	«Пустое место».	1		
28.	«Филин и пташки».	1		
9. Игры с элементами общеразвивающих упражнений (6 часов)				
29.	«Салки с домом».	1		
30.	«Пчелки и ласточки».	1		
31.	«Смена сторон».	1		
32.	«Лягушка в болоте».	1		
33.	«Ловишки с мячом».	1		
34.	«Море волнуется».	1		
Итого:		34ч.		

Приложение №2. Учебно-методическое обеспечение.

Список литературы:

1. Алямовская В.Г. Как воспитывать здорового ребёнка.- М.,1993.
2. В.К. Физкультура для ослабленных детей. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 1989.
3. Васильков Г.А. Гимнастика в режиме для школьников. Пособие для учителей и родителей. Изд.2-е, перераб. и доп. – М.: «Просвещение», 1976.
4. Глазырина Л.Д., Лопатик Т.А. Методика преподавания физической культуры: 1-4 кл.: Метод. пособие и программа.- М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2002.-208с.- (Б-ка учителя начальной школы).
5. Детские подвижные игры. / Сост .В.И.Гришков. – Новосибирск: Новосибирское книжное издательство, 1992.
6. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений /С.Н.Попов, Н.М. Валеев, Т.С.Гарасева и др.; Под ред. С.Н.Попова.- М.: Издательский центр «Академия», 2004.
7. Степанова О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе: Методическое пособие для учителей начальной школы, воспитателей групп продленного дня, педагогов системы дополнительного образования и родителей. Серия «Игровые технологии»- М.:ТЦ Сфера, 2003.
8. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994.
9. Физическая культура. Система работы с учащимися специальных медицинских групп: рекомендации, планирование, программы/авт.-сост. А.Н.Каинов, И.Ю. Шалаева -_Волгоград: Учитель,2009.
10. Хрипкова О.Г. и др. Возрастная физиология и школьная гигиена: Пособие для студентов пед. ин-тов. /А.Г.Хрипкова, М.В.Антропова, Д.А.Фарбер. – М.: Просвещение, 1990.