Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 25

г. Челябинска»

454016, г.Челябинск, ул.Университетская Набережная, 30а

тел.(факс) (351) 742-22-75

|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждаю.:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Директор МАОУ  «СОШ № 25г.Челябинска»  И.С.Рудакова  «26 августа 2015 г. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

**Программа курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры»**

**(1-4 класс)**

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ

ОБУЧАЮЩИМИСЯ ПРОГРАММЫ КУРСА

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы секции являются следующие умения:

* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** (познавательные, регулятивные, коммуника

тивные УД)

* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
* управлять эмоциями при общении со

сверстниками и взрослыми, сохранять рассудительность;

* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами**

* представлять занятия в секции 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;
* бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* 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;
* выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
* выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

Программа предполагает проектную деятельность учащихся по темам: «Старинные детские игры», «Во что играл мой дедушка», «Вспомним забытые игры», «Казачьи игры», «Игры народов Кавказа», «Как появляются новые игры», придумывание зачинов, считалок и т.д.

**Содержание программы**

Программа рассчитана на учащихся 1-4-х классов. 2 часа в неделю. 1класс - 66 часов в год, 2-4 классы – 68 часов в год. Для второго и третьего класса тематика игр одинакова, но в 3 классе они более продолжительны, интенсивны и усложнены.

В программу включены не только мероприятия для организации и проведения спортивных и подвижных игр, но и информационно-практический материал по истории происхождения и развития различных спортивных видов деятельности. В программу включены комплексные гимнастические упражнения, пальчиковые игротренинги, комплекс упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки. Программой предусматривается знакомство с историей появления, развития, игр различных национальностей народов Кавказа и славянских народов. Программа дает представление о самобытности соседствующих народных культур в играх.

Вводятся понятия структуры игры, правил игры, правил общения, правил безопасности. В программу включены, беседы о правилах общения и безопасного поведения во время игры, правила личной гигиены. Программа предусматривает работу над проектами в 4 классе.

**1 класс**

**Инструктаж по технике безопасности.**

Теория. Проведение инструктажа по ТБ о поведении на улице, на стадионе, в лесу, при занятиях с мячами, на гимнастических снарядах, ответственно относиться к разминке, внешнему виду, спортивной форме, самочувствию, не нарушать дисциплину.

**Игры –сцеплялки:** «Ручеёк», «Пятнашки», «Репка».

Игры на реакцию: «Воробьи, вороны», Коршун и наседка», «У медведя во бору», «Успей занять место».

**Игры-перетягивания:** перетягивание каната, перетягивания за руку, «Тяни – толкай», перетягивание по кругу.

**Догонялки:** перемена мест, передача мяча по кругу, гонка с мячом по кругу, «Горячее место», «Лягушка», « Лиса в норку», «Гуси-лебеди», салки с домом, «Два Мороза», «Колдуны».

**Поисковые игры:** «Палочка-выручалочка», прятки, «Золото хороню», «Двое слепых», жмурки на местах, в кругу.

**Спортивные игры:** упрощённый футбол, пионербол, баскетбол.

**Игры с мячом. Эстафеты:** «Не упусти мяч», «Мяч капитану», ведение мяча, «Передал –садись», точный удар, упражнения с малым мячом, мяч над головой, «Земля – вода – небо», «Мяч сквозь обруч»

**Прыгательные игры**: эстафеты с длинными скакалками, с короткими скакалками, «Чемпионы скакалки».

**Игры на меткость:** «Попади в круг», точный удар, бросок мяча в кольцо, «Быстрые и меткие», «Попади и поймай», «Сбей кеглю», набрасывание колец на кеглю, метание дисков.

**2-3 класс**

**Инструктаж по технике безопасности.**

Теория. Проведение инструктажа по ТБ о поведении на улице, на стадионе, в лесу, при занятиях с мячами, на гимнастических снарядах, ответственно относиться к разминке, внешнему виду, спортивной форме, самочувствию, не нарушать дисциплину.

**Строевые упражнения:** повороты на месте, построение в круг, команды: «Шире шаг», «Реже шаг», «Чаще шаг», «На первый второй рассчитайся», построение в две шеренги.

**Общеразвивающие упражнения:** упражнения на месте, в движениях, в парах, комплекс гимнастики, бег, разновидности ходьбы.

**Игры на закрепление навыков бега:** «Салки», «Белые медведи», «Космонавты», «Воробьи и вороны», «У медведя во бору», «Ляпки», «Ловушка», «Слепок», «Горячее место», «Баба Яга», «Гуси – лебеди», «Лиса», салки «ноги от земли».

**Игры на закрепление навыков прыжков:** «Удочка», «Волк во рву», прыжки по полоскам, салки с прыжками, «Воробьи попрыгунчики», классики, «Петушиный бой», прыжки по кочкам, «Пингвин с мячом»,

**Игры на закрепление навыков метания:** «Кто дальше бросит?», «Точный расчёт», «Метко в цель», «Снайперы», «Перестрелка», «Охотники и утки».

**4 класс**

**Инструктаж по технике безопасности.**

Теория. Проведение инструктажа по ТБ о поведении на улице, на стадионе, в лесу, при занятиях с мячами, на гимнастических снарядах, ответственно относиться к разминке, внешнему виду, спортивной форме, самочувствию, не нарушать дисциплину.

**Русские народные игры**: **«**Блуждающий мяч», « Большой мяч», «Волк», «Выгони мяч», «Горелки», «Заря», «Кот и мышь», «Краски», лапта, «Малечена – калечена», «Мяч вверху», «Палочка-выручалочка», «Посигутки», «Пчелки и ласточка», «Рюхи», «Стадо», «Шар», «Штандр», «Шлёпанки», «Птицелов».

**Дагестанские народные игры:** «Бег к реке», «Достань шапку», «Слепой медведь», «Цику – ция», «Выбей из круга».

**Чечено-ингушские народные игры:** «Уточка», «Чиж».

**Украинские народные игры:»** Высокий дуб», «Круглый хрещик», «Перепелочка», «Хлибчик», «Печки».

**Белорусские народные игры:** «Заплетись, плетень!», «Иванка», «Михасик», «Посадка картошки», «Прела-горела», «У Мазаля».

**Грузинские и армянские народные игры:** «Пастух», «Похитители Огня», «Крепость», «Грузинские классы», «Плоский камень и мяч», «Игра в лягушек».

**Кабардино-балкарские игры:** «Под буркой», «Повелитель лунки».

**Северо- осетинские игры:** «Метание с плеча», «Гаккарис», «Борьба за флажки».

**Казачьи игры: «**Игры с коновязью» (коновязь высотой по пояс взрослому), «Чехарда», «Нагайка и кнут», «Обкидывание шерстяными клубками», «Городки», «Прыгалка через верёвку», «Игра в шапку», «Казаки», «Рыбаки».

**Система отслеживания и оценивания результатов обучения учащихся:**

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

* викторины;
* конкурсы;
* ролевые игры;
* выполнение заданий соревновательного характера;
* оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
* результативность участия в конкурсных программах и др.

**Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса.**

Объекты и средства материально-технического обеспечения:

* Музыкальный центр
* Аудиозаписи
* Перекладина гимнастическая (пристеночная)
* Стенка гимнастическая
* Скамейка гимнастическая (жесткая)
* Комплект навесного оборудования (перекладина)
* Мячи
* Скакалка детская
* Мат гимнастический
* Кегли
* Обруч пластиковый детский
* Флажки стартовые, разметочные
* Рулетка измерительная
* Сетка волейбольная

**Тематическое планирование (1 класс)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата (сроки)** | **№ занятия** | **Количество часов** | | **Тема занятия** |
| теория | практика |
|  | 1. | 1 |  | Вас приглашает страна Игр. Какие бывают игры? |
|  | 2. | 1 |  | Правила игры. Обязательны ли они для всех? |
|  | 3. | 1 |  | Правила безопасности в играх. |
|  | 4-5. |  | 2 | Игры-сцеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса. |
|  | 6-8. |  | 3 | Игры на реакцию. |
|  | 9-12. |  | 4 | Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом. |
|  | 13-20. |  | 8 | Догонялки. Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков и игры эстафеты. |
|  | 21-26. |  | 6 | Поисковые игры. Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов. |
|  | 27-38. |  | 12 | Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: футбола, волейбола и т.д. |
|  | 39-44. |  | 6 | Игры с мячом. Эстафеты. |
|  | 45-46 |  | 2 | Игровая программа «Мой веселый, звонкий мяч» физкультурный праздник. |
|  | 47-54. |  | 8 | Прыгательные игры. Игры со скакалкой, резинкой и т.д. |
|  | 55-62. |  | 8 | Игры на меткость. |
|  | 63-64. |  | 2 | Спортивные эстафеты |
|  | 65-66 | 2 |  | «Спортивные почемучки» викторины, посвященные спорту. |
|  | **Итого** | 5 | 61 |  |
|  |  | **66 часов** | |  |

**Тематическое планирование (2-3 классы)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата (сроки)** | **№ занятия** | **Количество часов** | | **Тема занятия** |
| теория | практика |
|  | 1-4. | 4 |  | Правила игры и техника безопасности в играх. |
|  | 5-7. | 1 | 2 | Строевые упражнения. |
|  | 8-12. |  | 5 | Общеразвивающие упражнения |
|  | 13-24. |  | 12 | Игры на закрепление навыков бега. |
|  | 25-36. |  | 12 | Игры на закрепление навыков прыжков. |
|  | 37-44. |  | 8 | Игры на закрепление навыков метания. |
|  | 45-50. |  | 6 | Эстафеты с кубиками. |
|  | 51-53. |  | 3 | Эстафеты с набивными мячами. |
|  | 54-56. |  | 3 | Эстафеты с обручами. |
|  | 57-60. |  | 4 | Эстафеты со скалками и кеглями. |
|  | 61-62. | 2 |  | Спортивные викторины. |
|  | 63-64. |  | 2 | Спортивные соревнования на точность метания. |
|  | 65-66. |  | 2 | Спортивные соревнования с передачей мяча. |
|  | 67-68. |  | 2 | Комбинированные эстафеты. |
|  | **Итого** | 7 | 61 |  |
|  |  | **68 часов** | |  |

**Тематическое планирование (4 класс)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата (сроки)** | **№ занятия** | **Количество часов** | | **Тема занятия** |
| теория | практика |
|  | 1-3. | 3 |  | Правила игры и техника безопасности в играх. |
|  | 4. | 1 |  | Личная гигиена учащегося. |
|  | 5. | 1 |  | История появления, развития народных игр. |
|  | 6-25. | 1 | 20 | Русские народные игры. |
|  | 26-28. |  | 3 | Дагестанские народные игры. |
|  | 29-31. |  | 3 | Чечено-ингушские народные игры. |
|  | 32-34. |  | 3 | Украинские народные игры. |
|  | 35-37. |  | 3 | Белорусские народные игры. |
|  | 38-40. |  | 3 | Грузинские и армянские народные игры. |
|  | 41-43. |  | 3 | Кабардино-балкарские игры. |
|  | 44-46. |  | 3 | Северо- осетинские игры. |
|  | 47-60. | 1 | 12 | Казачьи игры. |
|  | 61-65. | 5 |  | Работа с проектами. |
|  | 66-68. | 3 |  | Защита проектов. |
|  | **Итого** | **15** | **53** |  |
|  |  | **68 часов** | |  |