

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Журавлёвская начальная общеобразовательная школа № 23

Рассмотрено:
на педагогическом совете

Протокол № 1

от «30» августа 2017г.



Утверждаю

Директор школы

Т.Г.Старцева

Приказ № 23

от 30.08.2017г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОГО КРУЖКА «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»
НА 2017-2018 УЧ. ГОД

Составитель: учитель

Туницин Алексей Владимирович

2017г.

Пояснительная записка

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2012 г.)

Рабочая программа кружка «Подвижные игры» разработана для учащихся 1-4 классов.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся 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 первоклассников 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.

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

Основными задачами данного 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;

Общая характеристика кружка.

Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Описание места кружка.

Количество учебных часов отведённых на реализацию кружка «Подвижные игры» 2 часа в неделю, 68 часов за год.

Ценностными ориентирами содержания данного ОДО являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

Личностными результатами кружка «Подвижные игры»

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 кружка «Подвижные игры»

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.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

Планируемый результат:

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

Содержание кружка «Подвижные игры».

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

1. раздел - «Русские народные игры»
2. раздел - «Подвижные игры».
3. раздел - «Эстафеты»,.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

цели изучения по каждому разделу

«Русские народные игры»

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.

«Подвижные игры»

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

«Эстафеты»

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

Тематическое планирование

№п/п	Тема занятия	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Дата проведения	
			План	Факт
Русские народные игры-18 часов				
1-2	Гуси-лебеди	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Разучивание игры «Гуси-лебеди». Развитие способности к ориентированию в пространстве.	01.09. 05.09.	
3-4	Подвижная цель.	Развитие ловкости и быстроты Развитие точности движений..	08.09. 12.09.	

5-6	<i>Филин и пташки</i>	<i>Развитие ловкости и быстроты</i>	15.09. 19.09.	
7-8	<i>Палочка - выручалочка</i>	<i>Развитие быстроты движений</i>	22.09. 26.09	
9-10	<i>Блуждающий мяч</i>	<i>Развитие ловкости и быстроты. точность передач мяча.</i>	29.09. 03.10.	
11-12	<i>Классики</i>	<i>Развитие ловкости и быстроты. Развитие координационных качеств.</i>	06.10. 10.10.	
13-14	<i>Ловишка в кругу</i>	<i>Развитие способности к ориентированию в пространстве.</i>	13.10. 17.10.	
15-16	<i>Пчелки и ласточки</i>	<i>Развитие ловкости и быстроты. Развитие координационных качеств.</i>	20.10. 24.10	
17-18	<i>К своим флажкам</i>	<i>Развитие способности к ориентированию в пространстве. Развитие скоростно- силовой выносливости.</i>	27.10. 07.11.	
Подвижные игры – 34часов				
19-20	<i>Охотники и утки.</i>	<i>Развитие быстроты движений. Развитие ловкости.</i>	10.11. 14.11.	
21-22	<i>Невод. Ловля парами.</i>	<i>Развитие скоростно — силовых способностей. Развитие быстроты и скорости</i>	17.11. 21.11.	
23-24	<i>Соревнования скороходов</i>	<i>Развитие скоростных способностей. Развитие скоростно-силовой выносливости.</i>	24.11. 28.11.	
25-26	<i>Падающая палка</i>	<i>Развитие быстроты движений. Развитие внимания ,памяти и скорости</i>	01.12. 05.12.	
27-28	<i>Удочка</i>	<i>Развитие быстроты движений. Развитие внимания ,памяти и скорости. Развитие ловкости.</i>	08.12. 12.12.	

29-30	<i>Медведь и дети.</i>	<i>Развитие скоростно — силовых способностей.</i>	15.12. 19.12.	
31-32	<i>Салки с мячом.</i>	<i>Развитие ловкости и быстроты</i>	22.12. 26.12.	
33-34	<i>Догоняй по кругу.</i>	<i>Развитие скоростных способностей. Развитие силовой выносливости</i>	09.01. 12.01.	
35-36	<i>Переправа с досками</i>	<i>Развитие ловкости и быстроты. Развитие внимания,</i>	16.01. 19.01.	
37-38	<i>Туннель</i>	<i>Развитие скоростных способностей. Развитие силовой выносливости.</i>	23.01. 26.01.	
39-40	<i>Собери урожай</i>	<i>Развитие координационных движений. Развитие внимания. Развитие силовой выносливости.</i>	30.01. 02.02.	
41-42	<i>На погрузке арбузов</i>	<i>Развитие скоростно — силовых способностей</i>	06.02. 09.02.	
43-44	<i>Принеси мяч</i>	<i>Развитие скоростных способностей</i>	13.02. 16.02.	
45-46	<i>Успей перебежать</i>	<i>Развитие скоростных способностей. Развитие силовой выносливости.</i>	20.02. 27.02.	
47-48	<i>С мячом</i>	<i>Развитие скоростных способностей. Совершенствование метаний на дальность и точность.</i>	02.03. 06.03.	
49-50	<i>Мышеловка</i>	<i>Развитие ловкости и быстроты. Развитие внимания.</i>	13.03. 16.03.	
51-52	<i>Совушка</i>	<i>Развитие ловкости и быстроты. Развитие внимания.</i>	20.03. 23.03.	
Эстафеты – 16 часов				
59-60	<i>Кто быстрее?</i>	Закрепление и совершенствование навыков бега , развитие скоростных способностей. <i>Развитие внимания.</i>	03.04. 06.04.	

61-62	<i>Конники-спортсмены</i>	Закрепление и совершенствование навыков бега , развитие скоростных способностей.	10.04. 13.04.	
63-64	<i>Лягушата и цыплята</i>	Закрепление и совершенствование навыков бега , развитие скоростных способностей. Развитие скоростной способности движений.	17.04. 20.04.	
65-66	<i>Карлики и великаны</i>	Закрепление и совершенствование навыков бега , развитие скоростных способностей. Развитие быстроты и скорости	24.04. 27.04.	
67-68	<i>Мышеловка</i>	Закрепление и совершенствование навыков бега , развитие скоростных способностей. Развитие быстроты и скорости	04.05. 08.05.	
69-70	<i>Пустое место</i>	Закрепление и совершенствование навыков бега , развитие скоростных способностей Развитие быстроты и скорости.	11.05. 15.05.	
71-72	<i>Карусель</i>	Закрепление и совершенствование навыков бега , развитие скоростных способностей. <i>Развитие внимания.</i>	18.05. 22.05.	
73-74	<i>Прыжки с мячом</i>	Закрепление и совершенствование навыков бега , развитие скоростных способностей.	25.05.	

Материально-техническое обеспечение

Учебная и методическая литература

1. Программы для общеобразовательных учреждений
«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов. Автор: В.И.Лях, А.А.Зданевич. М.,«Просвещение», 2011 г.
2. Настольная книга учителя физической культуры/ Г. И. Погадаев, 2000 г.
3. Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации / А. Н. Каинов, 2013 г.
4. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию: практическое пособие. 1994 г.
5. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы». Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 1-4 классы: проект. – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2011.- 61с. – Стандарты второго поколения.

6. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
7. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.

Спортивные тренажёры

Велотренажёр

Спортивный инвентарь

1. Мячи волейбольные
2. Мячи баскетбольные
3. Скакалки
4. Кегли
5. Гимнастические маты

Формы занятий:

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.