МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.КОК-ЧЫРААНСКИЙ

Рассмотрено Согласовано Утверждаю

Руководитель МО ЗДУВР Директор МБОУ СОШ

\_\_\_\_\_\_/Ховалыг А.К./ \_\_\_\_\_\_\_\_/Дамба В.В../ с.Кок-Чыраанский «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017г. «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_/Балдан Р.К./

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017г

Рабочая программа

внеурочной деятельности

по спортивно-оздоровительному направлению

«**Подвижные игры**»

Ступень обучения: основное общее образование –5 классы

Срок реализации: 2016-2017 учебный год

Программа разработана на основе методических рекомендаций

и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы

(М., Просвещение, 2012 г.)

Составитель: Сайзан-оол Кайгал-оол Геннадьевич,

учитель физической культуры

С.Кок-Чыраанский-2017 г.

Содержание

1. Пояснительная записка ……………………………………………………3
2. Общая характеристика.………………….…………………………….. ...4
3. Описание места кура в учебном плане ……………….………………... 5
4. Личностные, метапредметные и предметные результаты …………….. 6
5. Содержание курса 5 класса……………………………………………..
6. Тематическое планирование 5 класса………………………………….
7. Методические рекомендации
8. Планируемый результат ……………………………………………… ...11
9. Материальное обеспечение образовательного процесса …………… ..11
10. Список литературы ………………………………………………...….. ..13
11. Календарно-тематическое планирование 4 класса……………………..

**Пояснительная записка**

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

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.

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 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 обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

**Общая характеристика**

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.

Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

**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;

**Ценностными ориентирами** 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.

**Формы занятий:**

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

**Место курса в учебном плане.**

Программа составлена для 5 классов, 1 час неделю, 34 часа в год. Продолжительность занятий 35 - 40 минут.

**Планируемые результаты изучения учебного курса**

**Личностными результатами кружка «Подвижные игры»**

являются следующие умения:

*оценивать* поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятыхнорм 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;

**Содержание курса 5 класса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Темы занятий** | **Кол-во часов** |
|
| 1 | **Русские народные игры** | 19 |
| 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. | | |
|  | Русская народная игра «Жмурки» |  |
|  | Русская народная игра «Кот и мышь» |  |
|  | Русская народная игра «Горелки» |  |
|  | Русская народная игра «Салки» |  |
|  | Русская народная игра «Пятнашки» |  |
|  | Русская народная игра «Охотники и зайцы» |  |
|  | Русская народная игра «Фанты» |  |
|  | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» |  |
|  | Русская народная игра «Волк» |  |
|  | Русская народная игра «Птицелов» |  |
|  | Русская народная игра «Гори, гори ясно!» |  |
|  | Русская народная игра «Салки» |  |
|  | Русская народная игра «Пятнашки» |  |
|  | Русская народная игра «Охотники и зайцы» |  |
|  | Русская народная игра «Краски» |  |
|  | Русская народная игра «Гори, гори ясно» |  |
|  | Русская народная игра «Третий лишний» |  |
|  | Русская народная игра «Пятнашки» |  |
|  | Русская народная игра «Охотники и зайцы» |  |
| 2 | **Игры народов России** | 7 |
| Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе. | | |
|  | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» |  |
|  | Бурятская народная игра «Ищем палочку» |  |
|  | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» |  |
|  | Марийская народная игра «Катание мяча» |  |
|  | Татарская народная игра «Серый волк» |  |
|  | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» |  |
|  | Чувашская игра «Рыбки» |  |
| **3** | **Эстафеты** | 8 |
| Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности | | |
|  | Эстафета «Передача мяча» |  |
|  | Эстафета со скакалкой |  |
|  | Эстафета «С мячом» |  |
|  | Эстафета зверей |  |
|  | Эстафета «Быстрые и ловкие» |  |
|  | Эстафета «Вызов номеров» |  |
|  | Эстафета по кругу |  |
|  | Эстафета с обручем |  |
|  | Итого | 34ч |

**Тематическое планирование 5 класса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы** | **Кол-во часов** |
| 1 | Русские народные игры | 19 |
| 2 | Игры народов России | 7 |
| 3 | Эстафеты | 8 |
|  | Итого | 34 ч |

**Рекомендации**

1. *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.
2. *Игры-поиски*. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают у томленные центры.
3. *Игры с быстрым нахождением своего места* . В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

**Материально-техническое обеспечение**

Начальное образование существенно отличается от всех последующих

этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших обучающихся в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших обучающихся; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название | Кол-во |
|  | **Рабочие программы** |  |
| 1 | Программы для общеобразовательных учреждений «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов. Автор: В.И.Лях, А.А.Зданевич. М.,«Просвещение», 2011 г. | 1 |
| 2 | Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 1 – 4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2011 | 1 |
|  | **Учебники** |  |
| 1 | В.И. Лях. Физическая культура. 1-4 классы. Учебник для общеразвивающих учреждений. 2010 г. | 1 |
| 2 | В.И. Лях. Физическая культура. 5-6-7 классы. Учебник для общеразвивающих учреждений. 2011 г. | 1 |
| 3 | В.И. Лях. Физическая культура. 8 - 9 классы. Учебник для общеразвивающих учреждений. 2009 г. | 1 |
| 4 | В.И. Лях. Физическая культура. 10 - 11 классы. Учебник для общеразвивающих учреждений. 2009 г. | 1 |
|  | **Методические пособия** |  |
| 1 | Настольная книга учителя физической культуры/ Г. И. Погадаев, 2000 г. | 1 |
| 2 | Методика физического воспитания учащихся 10 – 11 классов: Пособие для учителя/ М. : Просвещение, 2009 г. | 1 |
| 3 | Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации / А. Н. Каинов, 2013 г. | 1 |
| 4 | Внеурочная деятельность учащихся. Лёгкая атлетика: Пособие длч учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов. М.: Просвещение, 2011 г. | 1 |
| 5 | Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: Пособие длч учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов. М.: Просвещение, 2011 г. | 1 |
| 6 | Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: Пособие длч учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов. М.: Просвещение, 2011 г. | 1 |
| 7 | 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию: практическое пособие. 1994 г. | 1 |
|  | **Спортивные тренажёры** |  |
|  | Беговая дорожка | 1 |
|  | **Спортинвентарь** |  |
|  | Мячи футбольные | 4 |
|  | Мячи волейбольные | 5 |
|  | Мячи баскетбольные | 5 |
|  | Лыжные комплекты (лыжи, палки, ботинки) |  |
|  | Скакалки | 10 |
|  | Кегли | 10 |
|  | Гимнастические маты | 15 |
|  | Теннисный стол | 1 |
|  | Гимнастические брусья | 1 |
|  | Гимнастические кольца | 1 |
|  | Гимнастическая перекладина | 1 |

**Список литературы.**

1. «Образовательная система «Школа России» федеральный государственный образовательный стандарт, Примерная основная образовательная программа. В 2-х книгах. Книга2. Программа отдельных предметов для начальной школы /Под науч. ред. Д.И. Фельдштейна- изд. 2-е, испр.- М.: Баласс, 2011.- 432с.
2. 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.
3. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
4. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.
5. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересадина Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с.
6. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.
7. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2011.-80с.

**Календарно - тематическое планирование кружка «Подвижные игры»**

**5-й класс (34 часа)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы занятий** | **Кол-во часов** | **дата** | |
| **план** | **факт** |
|  | **Русские народные игры** |  |  |  |
| 1 | Русская народная игра «Жмурки» | 1 |  |  |
| 2 | Русская народная игра «Кот и мышь» | 1 |  |  |
| 3 | Русская народная игра «Горелки» | 1 |  |  |
| 4 | Русская народная игра «Салки» | 1 |  |  |
| 5 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 |  |  |
| 6 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |  |
| 7 | Русская народная игра «Фанты» | 1 |  |  |
| 8 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 1 |  |  |
| 9 | Русская народная игра «Волк» | 1 |  |  |
| 10 | Русская народная игра «Птицелов» | 1 |  |  |
| 11 | Русская народная игра «Гори, гори ясно!» | 1 |  |  |
|  | **Игры народов России** |  |  |  |
| 12 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 1 |  |  |
| 13 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 1 |  |  |
| 14 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1 |  |  |
| 15 | Марийская народная игра «Катание мяча» | 1 |  |  |
| 16 | Татарская народная игра «Серый волк» | 1 |  |  |
| 17 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 1 |  |  |
| 18 | Чувашская игра «Рыбки» | 1 |  |  |
|  | **Эстафеты** |  |  |  |
| 19 | Эстафета «Передача мяча» | 1 |  |  |
| 20 | Эстафета со скакалкой | 1 |  |  |
| 21 | Эстафета «С мячом» | 1 |  |  |
| 22 | Эстафета зверей | 1 |  |  |
| 23 | Эстафета «Быстрые и ловкие» | 1 |  |  |
| 24 | Эстафета «Вызов номеров» | 1 |  |  |
| 25 | Эстафета по кругу | 1 |  |  |
| 26 | Эстафета с обручем | 1 |  |  |
|  | **Русские народные игры** |  |  |  |
| 27 | Русская народная игра «Салки» | 1 |  |  |
| 28 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 |  |  |
| 29 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |  |
| 30 | Русская народная игра «Краски» | 1 |  |  |
| 31 | Русская народная игра «Гори, гори ясно» | 1 |  |  |
| 32 | Русская народная игра «Третий лишний» | 1 |  |  |
| 33 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 |  |  |
| 34 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |  |