


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Сунтарская средняя общеобразовательная школа №2 им. И. С. Иванова с дошкольными группами» муниципального района «Сунтарский улус (район)» Республики Саха (Якутия)

<p>Согласовано на заседании школьного методического объединения</p> <p>от «31» августа 2016 г.</p> <p><i>М.В. Кротская И.К.</i></p>	<p>Согласовано</p> <p>Заместитель директора школы по УМР МБОУ СОШ №2</p> <p><i>[Подпись]</i> Данилова И. Е.</p> <p>«31» августа 2016 г.</p>	<p>Утверждаю</p> <p>Директор МБОУ СОШ №2 им. И. С. Иванова с дошкольными группами</p> <p><i>[Подпись]</i> Иванов В. Р.</p> <p>«31» августа 2016 г.</p> 
---	---	--

Рабочая программа по внеурочной деятельности

Подвижные игры

Руководитель: Заболоцкий В.В.

2016-2017 учебный год

Пояснительная записка

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, на основе примерных программ внеурочной деятельности, Начальное и основное образование, В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов, Москва, Просвещение, 2011 г.

Актуальность программы

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

При раннем занятии ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и необходимы максимальные и сверхмаксимальные нагрузки для их повышения.

При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки в избранном.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Программа направлена на:

- Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
- Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
- Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
- Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

Новизна программы

Новизна программы заключается в том, что она предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр, начинающаяся с первого года обучения в учебно-тренировочных группах.

В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

Место курса в учебном плане

На изучение курса «Подвижные игры» во 2 классе по 68 часов в год; 2 ч в неделю. 3-4 классах 34 часов в год; 1 ч в неделю.

Цель: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Основными задачами реализации поставленной цели являются:

1. укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
5. развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
6. стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
7. развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
8. воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
9. формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

Методическая особенность программы:

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преимущественно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой,

дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

- из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры 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 инвентарём и оборудованием

Тематическое распределение количества часов

2 класс

№ п/п	Тема раздела	Количество теории	Часов практики
1	Техника безопасности	6	-
2	Беседы	3	-
3	Игры	-	59
	Итого	68 часов	

Календарно – тематическое планирование

2 класс

№ п/п	Дата План	Дата Факт	Содержание занятий
1 четверть			
1.	02.09.16		Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Разучивание игры «Стань правильно», «Карлики и великаны».
2.	07.09.16		Разучивание игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения».
3.	09.09.16		Разучивание игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам».
4.	14.09.16		Разучивание игры «Фигуры», «Флюгер».
5.	16.09.16		Разучивание игры «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики».
6.	21.09.16		Беседа личная гигиена. «Летает - не летает», «Статуя».
7.	23.09.16		«Кот идет», «Товарищ командир»
8.	28.09.16		«Не ошибись», «Беги и собирай».
9.	30.09.16		«Берегись, Буратино», «Жмурки».
10.	05.10.16		«Дети и медведь», «Гуси - лебеди».
11.	07.10.16		«Зима - лето», «Космонавты».
12.	12.10.16		Беседа: «Твой организм». «Кот проснулся»
13.	12.10.16		« Пчелки», «красная шапочка».
14.	14.10.16		Веселые эстафеты с предметами.
15.	19.10.16		«Пустое место, «Кот идет».
16.	21.10.16		«Птица без гнезда», «Быстро по местам».
17.	26.10.16		«Ловишки», «Карлики и великаны».
18.	28.10.16		ТБ при подвижных играх. «Пятнашки», «Зима- лето».
2 четверть			
19.	09.11.16		«Зайцы, сторож и жучка», веселые старты.
20.	11.11.16		«Колдунчики», Пчелки».
21.	16.11.16		«Через ручеек», «У ребят порядок строгий».
22.	18.11.16		«Стая», «Быстро по местам».
23.	23.11.16		«Летучие рыбки», «Жмурки».
24.	25.11.16		«Пчелы и медвежата», «Зима – лето».
25.	30.11.16		«Проведи», «Пчелки».
26.	02.12.16		«Светофор», «Гуси – лебеди».
27.	07.12.16		«Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».

28.	09.12.16		«Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».
29.	14.12.16		«Волк во рву», «Пустое место».
30.	16.12.16		Беседа. Закаливание организма. «Кошки мышки».
31.	21.12.16		«Воробушки», Берегись Буратино».
32.	23.12.16		«Зима - лето», «Космонавты».
3 четверть			
33.	11.01.17		ТБ при подвижных играх. «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».
34.	13.01.17		«Летает - не летает», «Статуя».
35.	18.01.17		«Кот идет», «Товарищ командир»
36.	20.01.17		«День и ночь», «Воробьи вороны».
37.	25.01.17		Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».
38.	27.01.17		«Колдунчик», «Салки выручали».
39.	01.02.17		«Гуси и волк», «Салки выручали».
40.	03.02.17		«Проведи», «Пчелки».
41.	08.02.17		«Хитрая лиса», «Зима – лето».
42.	10.02.17		Полоса препятствий.
43.	15.02.17		«День ночь», «Мы веселые ребята».
44.	17.02.17		«Волк во рву», «Пустое место».
45.	22.02.17		«Зима - лето», «Космонавты».
46.	01.02.17		Веселые эстафеты с мечами.
47.	03.03.17		Техника безопасности при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. Игры на свежем воздухе «Два мороза».
48.	10.03.17		«Пчелы и медвежата», «Зима – лето».
49.	15.03.17		Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».
50.	17.03.17		Игры на свежем воздухе. «Зима лето».
51.	22.03.17		ТБ при подвижных играх. «Салки выручали», «Волк во рву».
52.	24.03.17		Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель».
4 четверть			
53.	05.04.17		Веселые эстафеты на свежем воздухе.
54.	07.04.17		«Волк во рву», «Пустое место».
55.	12.04.17		«Класс смирно», «Веселые старты»
56.	14.04.17		« К своим флажкам», «Два мороза».
57.	19.04.17		«Гуси и волк», «Салки выручали».
58.	21.04.17		«Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».
59.	26.04.17		Техника безопасности при занятиях подвижными играми. «Салки выручалки», «Волк во рву».
60.	28.04.17		«День и ночь», «Воробьи вороны».
61.	03.05.17		«Воробушки», Берегись Буратино».
62.	05.05.17		Веселые старты с баскетбольными мячами.
63.	10.05.17		«Зайцы, сторож и жучка», веселые старты,
64.	12.05.17		Игры на свежем воздухе. «Зима лето».
65.	17.05.17		Игры с мячом и обручем.
66.	19.05.17		Игры со скакалками
67.	24.05.17		Веселые эстафеты, соревнования между классами
68.	26.05.17		Беседа «Где можно и где нельзя играть летом»

**Тематическое распределение количества часов
3 класс**

№ п/п	Тема раздела	Количество теории	Часов практики
1	Техника безопасности	2	-
2	Беседы	2	-
3	Игры	-	30
	Итого		34 часов

**Календарно – тематическое планирование
3 класс**

№	Дата План	Дата Факт	Содержание занятий
1 четверть			
1.	02.09.16		Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса. «Гуси – лебеди».
2.	09.09.16		Подвижная игра «Совушка», "Игольное ушко"
3.	16.09.16		«Отгадай, чей голос?», " Воздушный десант"
4.	23.09.16		«Удочка», "Хоккей на траве"
5.	30.09.16		«Выши ноги от земли», Подвижная игра " Ангар"
6.	07.10.16		«Салки», "Лукошко"
7.	14.10.16		Подвижная игра «Вызов номеров», "Рыбалка"
8.	21.10.16		«Мышеловка», Подвижная игра "Воронята"
9.	28.10.16		«Волк во рву», "Дуэльный баскетбол"
2 четверть			
10.	11.11.16		«Скатывание шаров», Подвижная игра "Вьюнок"
11.	18.11.16		«Гонки снежных комов», Подвижная игра "Зигзаг"
12.	25.11.16		Подвижная игра «Лепим снеговика», "Догони меня"
13.	02.12.16		«Гонка с шайбами», Подвижная игра "Омары"
14.	09.12.16		Беседы по правильному питанию и о режиме дня. Игра "Овощи и фрукты"
15.	16.12.16		«Два Мороза», Подвижная игра "Снежки"
16.	23.12.16		Подвижная игра «День и ночь», Добей шайбу"
3 четверть			
17.	13.01.17		«У медведя во бору». Подвижная игра «Волк во рву»
18.	20.01.17		Подвижная игра «Наперегонки парами». «Проведи»
19.	27.01.17		«Попрыгунчики – воробышки».
20.	03.02.17		«Лягушки – цапли». Подвижная игра «Зима - лето».
21.	10.02.17		Подвижная игра «С кочки на кочку». «День ночь»
22.	17.02.17		«Найди себе пару». Шишки, желуди, орехи»
23.	03.02.17		«Фигуры». Подвижная игра «Колдунчик»
24.	10.03.17		«Волки, зайцы, лисы».
25.	17.03.17		«Хитрая лиса», «Шишки, жёлуди, орехи».
26.	24.03.17		«Передача мяча в колоннах». «Зима – лето».
4 четверть			
27.	07.04.17		Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Разучивание игры «Стань правильно», «Карлики и великаны».
28.	14.04.17		Подвижная игра «Гонка мячей», «Воробы вороны».
29.	21.04.17		«Мяч соседу», Подвижная игра «Пчелки».
30.	28.04.17		Подвижная игра «Метко в цель», «Товарищ командир»
31.	05.05.17		«Салки выручали», «Шишки, жёлуди, орехи»

32.	12.05.17		Подвижная игра «Пустое место».
33.	19.05.17		«Гонка с шайбами», Подвижная игра «Летает - не летает»
34.	26.05.17		Беседа: «Красивая осанка». Подвижная игра «Кот проснулся»

**Тематическое распределение количества часов
4 класс**

№ п/п	Тема раздела	Количество теории	Часов практики
1	Техника безопасности	4	-
2	Беседы	4	-
3	Игры	-	60
	Итого		34 часов

**Календарно – тематическое планирование
4 класс**

№ п/п	Тема урока	Дата план	Дата факт
1 четверть			
1.	ТБ при проведении подвижных игр. Подвижная игра "Ловишки".	02.09.16	
2.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	09.09.16	
3.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	16.09.16	
4.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	23.09.16	
5.	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	30.09.16	
6.	Марийская народная игра «Катание мяча»	07.10.16	
7.	Татарская народная игра «Серый волк»	14.10.16	
8.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	21.10.16	
9.	Беседа «Закаляйся, если хочешь быть здоров». Чечено-ингушская игра «Чиж»	28.10.16	
2 четверть			
10.	ТБ при проведении подвижных игр. Игра «Волк во рву»	11.11.16	
11.	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	18.11.16	
12.	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	25.11.16	
13.	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	02.12.16	
14.	Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок»	09.12.16	
15.	Игры народов Востока. «Скачки», «Собери яблоки».	16.12.16	
16.	Беседа «Режим дня». Игра «Вышибалы».	23.12.16	
3 четверть			
17.	ТБ. Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки».	13.01.17	
18.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»,	20.01.17	

	«Фанты»		
19.	Русская народная игра «Салки», «Третий лишний».	27.01.17	
20.	Русская народная игра «Пятнашки»	03.02.17	
21.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	10.02.17	
22.	Русская народная игра «Воробьи – попрыгунчики»	17.02.17	
23.	Русские народные игры «Кошки и мышки», «Пчелки и ласточки»	03.02.17	
24.	Русские народные игры «Боевые петухи», «Ловля парами»	10.03.17	
25.	Русские народные игры «Горелки», «Паровозик»	17.03.17	
26.	Русские народные игры «Удочка», «Хвостики»	24.03.17	
27.	Беседа «Совы и жаворонки». Игра «Жаворонки»	4 четверть	
4 четверть			
28.	ТБ. Подвижная игра «Салки-выручалки»	14.04.17	
29.	Подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка»;	21.04.17	
30.	Подвижные игры, основанные на элементах лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»;	28.04.17	
31.	Подвижные игры, основанные на элементах спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».	05.05.17	
32.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».	12.05.17	
33.	Игры с лазанием и перелезанием «Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы».	19.05.17	
34.	Беседа «Красивая осанка». Игры для формирования правильной осанки «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».	26.05.17	

Перечень учебно-методического обеспечения

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВБАКО, 2005 г
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
8. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г
9. В.А. Горский, Примерные программы внеурочной деятельности, М. Просвещение, 2011 г
10. Ларчик с играми, М. Детская литература, С. Глязер,1975 г
11. Русские народные игры, М., 1988 г. Л.В. Былеева
12. Мячи, скакалки, обручи, малые мячи, матрасы, кегли, мешки.