

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева муниципального образования «Намский улус» РС(Я)»

Рассмотрено

на заседании МО учителей ЕПЦ

руководитель МО

 / Копырина Д.А./

«19» августа 2021г.

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

 /Охлопков О.А./

« 20 » августа 2021г.

«Утверждено»

Директор

МБОУ «2 Хомустахская СОШ»

 /Старков А.А./

« 20 » августа 2021г.



Рабочая программа

Внеурочной деятельности по физической культуре

«спортивные игры» для 4 класса

на 2021-2022 учебный год,

(35 часов, 1 час в неделю)

Составил:

учитель физической культуры

Копырин Иван Николаевич

Пояснительная записка

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, получении внешней информации, дает приятную физическую нагрузку. Педагоги всех времен отмечали, что игра оказывает благотворное влияние на формирование детской души, развитие физических сил и способностей.

Игра помогает находить выход из неожиданных положений, намечать цель, взаимодействовать с товарищем, проявлять ловкость и быстроту, силу и выносливость.

Игра обеспечивает гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния.

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 сформированных 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 вообще 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.

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

Содержание программы

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

В процессе игры дети участвуют в выполнении определенных алгоритмов заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность 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 «Спортивные игры» вошли: народные игры, распространённые в России в последнее столетие, 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.

Ценностными ориентирами содержания данного кружка 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.

Цель программы: удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развивать 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;

Методические рекомендации

1. *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убежать, 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 быстрой находчивости 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.

Личностными результатами кружка «Спортивные игры»

Являются следующие умения: – 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 «Спортивные игры»

Выявляется формирование универсальных учебных действий (УУД).

➤ Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- прогнозировать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определённому 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.
- формировать навыки позитивного коммуникативного общения;

Формы занятий:

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

Планируемый результат:

- у выпускника начальной школы вырабатывается 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.

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, правильно 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 проверяется учителем перед уроком

**Календарно - тематическое планирование
«Спортивные игры»**

№	Тема		Примечание	По плану	Факти Чески
1	Русская народная игра «Лапта»		Формирование понятий о мире движений, их роли в сохранении здоровья	02.09	
2	Русская народная игра «Лапта»		Развитие внимания и памяти	09.09	
3	Якутская народная игра «Масохторуута»		Развитие внимания и памяти	16.09	
4	Якутская народная игра «Масохторуута»		Развитие ловкости и быстроты	23.09	
5	Якутская народная игра «Охотники и утки»		Развитие ловкости и внимания, памяти	30.09	
6	Якутская народная игра «Охотники и зайцы»		Развитие ловкости и быстроты	07.10	
7	Якутская народная игра «Атахтэпсиитэ»		Развитие ловкости, быстроты, внимания	14.10	
8	Якутская народная игра «Атахтэпсиитэ»»		развитие ловкости, быстроты, внимания ;	21.10	
9	Русская народная игра «Волк и козлята»		развитие ловкости, быстроты	28.10	
10	Подвижная игра «Моллекула»		развитие ловкости, быстроты, внимания	11.11	
11	Подвижная игра «Моллекула»		развитие ловкости, быстроты, внимания	18.11	
12	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пенёк»		развитие быстроты и ловкости	25.11	
13	Бурятская народная игра «Ишем пагочку»		Формирование ЗОЖ. Развитие ловкости, быстроты, внимания.	02.12	
14	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Полными платок»		Развитие ловкости, быстроты, внимания	09.12	
15	Марийская народная игра «Катание мяча»		Формирование понятий сила, быстрота, ловкость.	16.12	
16	Татарская народная игра «Серый волк»		развитие внимания и быстроты	23.12	
17	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»		развитие глазомера и ловкости;	13.01	
18	Чувашская игра «Рыбки		развитие скоростных качеств	20.01	
19	Эстафета «Передача мяча»		Развитие ловкости, быстроты, внимания	27.01	
20	Эстафета со скакалкой		Развитие скоростных качеств	03.02	
21	Эстафета «С мячом»		Развитие глазомера и точности движений	10.02	
22	Эстафета зверей		Развитие скоростных качеств	17.02	
23	Эстафета «Быстрые и ловкие»		Развитие скоростных качеств	24.02	
24	Эстафета «Вызов номеров»		Развитие выносливости и ловкости	03.03	
25	Эстафета по кругу		Развитие силы и ловкости	10.03	

26	Эстафета с обручем	Развитие быстроты, внимания	17.03	
27	Русская народная игра «Салки»	Развитие координации движений	31.03	
28	Якутская народная игра «Атахтэлспитэ»	Развитие скоростных качеств	07.04	
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты	14.04	
30	Подвижная игра «Белки и орешки»	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты	21.04	
31	Подвижная игра «Белки и орешки»	Развитие силы и ловкости	28.04	
32	Подвижная игра «Кто лишний?»	развитие выносливости и скоростных качеств	05.05	
33	Русская народная игра «Лапта»	развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты	12.05	
34	Якутская народная игра «Охотники и утки»	Развитие быстроты, внимания	19.05	
35	Якутская народная игра «Охотники и утки»	развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты	26.05	