ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ИГРЫ НАШЕГО ДВОРА»

Срок реализации 2 года

Возраст обучающихся 6,5 - 8,5 лет

Составитель: Егишян М.М.

г. Сочи, 2016г.

1. Пояснительная записка

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.

Программа «Игры нашего двора» составлена на основе требований ФГОС НОО (2009г.)

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья обучающихся, формирование у школьников навыков организации здорового образа жизни посредством комплекса оздоровительных мероприятий – подвижных игр, развития здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении.

Задачи:

- Укрепить здоровье учащихся.
- Повысить уровень сформированности качеств личности школьников, что будет способствовать успешности их адаптации в обществе.
- Снизить негативные последствия учебной нагрузки.
- Разработать и внедрить в практику системы оздоровительных, профилактических, коррекционных мероприятий.
- Повысить интерес к учебной деятельности.
- Формировать у школьников знания о здоровье человека, о способах сохранения и укрепления.
- Осуществить медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг.
- Увеличить уровень двигательной активности, включая самостоятельную работу учащихся как теоретическую, так и практическую части.

Программа представлена четырьмя блоками: народные игры, игры на развитие психических процессов, подвижные игры, спортивные игры.

В программе разработаны занятия по здоровьесберегающей технологии «Подвижные игры» 1- 2 класс. Игры средней интенсивности.

Самой высокой результативностью этой программы будет усвоение и запоминание учащимися этих игр, разучивание их со сверстниками, игры на переменах, в школьных и загородных лагерях.

Формы реализации программы

Часть занятий проводится «интенсивами» в виде спортивных соревнований, спортивных и народных праздников. Другая часть отводится на разучивание народных и спортивных игр. Проведение занятий осуществляется внеаудиторно (во внеурочной форме).

Сроки реализации программы

Работа по программе «Игры нашего двора» рассчитана на 2 года. В год – в 1 классе планируется 66 часов, а во 2 классе - 68 часов.

2. Таблица тематического распределения часов

№	Тема занятия	Кол-во часов (внеаудит)	Содержание занятий	Основные виды деятельности (УУД)
1-й год обучения				
Народные игры				
1-2	Русская народная игра «У медведя во бору».	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	**Предметные результаты:** осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. **Метапредметные результаты:** формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. **Личностные результаты:** формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
3-4	Русская народная игра «Филин и пташка».	2	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	
5-6	Русская народная игра «Горелки».	2	Правила игры. Проведение игры.	
7-8	Русская народная игра «Кот и мышь».	2	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	
9-10	Русская народная игра «Блуждающий мяч».	2	Правила игры. Проведение игры.	
11-12	Русская народная игра «Зарница»	2	Правила игры. Проведение игры. Эстафета.	
13-15	Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»	3	Проведение спортивных соревнований с участием родителей.	
Игры на развитие психических процессов.				
16-18	Игры на развитие восприятия.	3	Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров»,	**Предметные:** осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и

			«Волшебная палитра».	проведении подвижных игр.
19-22	Упражнения и игры на внимание	4	Упражнение «Ладонь – кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».	**Метапредметные:** развитие психических процессов: мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности; развитие произвольной сферы: умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость.
23-25	Игры на развитие памяти.	3	Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».	
26-28	Игры на развитие воображения.	3	Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».	**Личностные:** формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
29-30	Игры на развитие мышления и речи.	2	Игры «Ну-ка, отгадай», «определим игрушку».	
31-32	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	2	Игры «Баба Яга», «Три характера».	
33-34	Игры на внимание	2	Игра «Класс, смирно!», «Что изменилось»	
Подвижные игры				
35-36	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз», «За флажками».	2	Правила игры. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Строевые упражнения, перестроение.	**Предметные результаты:** осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.
37-38	Игра с мячом «Охотники и утки».	2	Комплекс ОРУ с мячом, строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.	**Метапредметные результаты:** формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.
39-40	Весёлые старты с мячом.	2	Гимнастические упражнения. Эстафеты.	**Личностные результаты:** формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
41-42	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Волк во рву»	2	Правила игры. Проведение игры.	
43-44	Весёлые старты со скакалкой	2	Комплекс ОРУ со скакалкой.	
45-46	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель».	2	Катание на «лыжах». Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	
47	Игра «Белки, волки,	1	Правила игры.	

	лисы».		Проведение игры.	
48-49	Игра «Кто подходил?»,«Совушка».	2	Правила игры. Проведение игры.	
50	Игра «Удочка»	1	Игры со скакалкой, мячом.	
51	Игра «Перемена мест»	1	Построение. Строевые упражнения перемещение.	
52	Игра «Салки с мячом».	1	Правила игры. Проведение игры.	
53	Игра «Прыгай через ров»	1	Совершенствование координации движений.	
54-55	Веселые старты	2	Гимнастические упражнения. Эстафеты.	
Спортивные игры				
56-58	Футбол	3	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	**Предметные результаты:** Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения спортивных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание спортивных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных игр. **Метапредметные результаты:** умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и
59-61	Баскетбол.	3	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Броски в корзину.	
62-63	Футбольный матч	2	Проведение игры.	
64-66	Спортивный праздник.	3	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	

				передвижениях человека. **Личностные:** формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
	Итого	**66 часов**		
2-й год обучения				
Подвижные и народные игры				
1-2	Игра «Фанты», «Колечко»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	**Предметные результаты:** осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. **Метапредметные результаты:** формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. **Личностные результаты:** формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
3-4	Игра «Гуси-лебеди», «Караси и щука»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
5-6	Игра «Космонавты», «Лиса и куры»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
7-8	Игра «Метко в цель»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Броски мяча в цель. Игра.	
9-10	Игра «Верёвочка»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
11-12	Игра «Узнай по голосу», «Вызов номеров»	2	Игровые правила. Отработка гимнастических и танцевальных движений Игра.	
13-14	Игра «Пятнашки с мячом»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
15	Игра «Рыбаки и рыбки»	1	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
16-18	Спортивные соревнования «Веселые старты»	3	Подготовка и проведение соревнований.	
19-20	Игра «Мяч среднему»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
21-	Игра «Круговая лапта»	2	Игровые правила.	

22			Отработка игровых приёмов. Игра.		
23-25	Эстафеты с мячом	3	Подготовка и проведение эстафет		
Игры на развитие психических процессов.					
26-28	Игры на внимание	3	«Светофор», «Не ошибись», «Три движения» Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	**Предметные:** осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. **Метапредметные:** развитие психических процессов: мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности; развитие произвольной сферы: умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость. **Личностные:** формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	
29-31	Игры на развитие памяти.	3	Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».		
32-34	Игры на развитие воображения.	3	Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».		
35-36	Игры на развитие мышления и речи.	2	Игры «Ну-ка, отгадай», «определим игрушку».		
37-38	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	2	Игры «Баба Яга», «Три характера».		
Подвижные игры				Игры на внимание	2
39-40	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется»	2	Игровые правила. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.	**Предметные результаты:** осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. **Метапредметные результаты:** формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. **Личностные результаты:** формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	
41-42	Игра «Жмурки», Игра «Ноги от пола»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.		
43	Игра «Западня»	1	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.		
44-45	Игра «Матушка весна», «Весенние цветочки»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.		
46-47	Игра «Горелки с платочком»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.		
48-50	Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»	3	Подготовка и проведение праздника.		

51-52	Игра «Казаки-разбойники»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
53-54	Игра «Хитрая лиса», «Птицы»	2	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
Спортивные игры				
55-58	Футбол	4	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	**Предметные результаты:** Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения спортивных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание спортивных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных игр. **Метапредметные результаты:** умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека. **Личностные:** формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
59-62	Баскетбол	4	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Броски в корзину.	
63-64	Футбольный матч	2	Проведение игры.	
65-68	Спортивный праздник	4	Подготовка и проведение игр, эстафет, весёлых минуток.	
	Итого	**68 часов**		

3. Содержание программы

1-й год обучения

1. Народные игры (15ч)

Игровые правила. Разучивание и проведение игр. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение веселых стартов, эстафет и соревнований с участием родителей и детей.

2. Игры на развитие психических процессов (19ч)

Игры на развитие памяти, внимания, воображения, мышления и речи, восприятия, эмоциональной сферы ребенка.

3. Подвижные игры (21ч)

Разучивание и проведение игр. Комплекс утренней гигиенической гимнастики, ОРУ с мячом, со скакалкой. Строевые упражнения, перестроение с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Отработка игровых приемов.

4. Спортивные игры (11ч)

Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Подготовка и проведение матчей, игр, эстафет, весёлых минуток.

2-й год обучения

1. Народные игры (25ч)

Игровые правила. Разучивание и проведение изученных и новых игр. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение веселых стартов, эстафет и соревнований.

2. Игры на развитие психических процессов (13ч)

Игры на развитие памяти, внимания, воображения, мышления и речи, восприятия, эмоциональной сферы ребенка.

3. Подвижные игры (16ч)

Разучивание и проведение игр. Комплекс утренней гигиенической гимнастики, ОРУ с мячом, со скакалкой. Строевые упражнения, перестроение с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Отработка игровых приемов.

4. Спортивные игры (14ч)

Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Подготовка и проведение матчей, игр, эстафет, весёлых минуток.

4. Предполагаемые результаты реализации программы

Работая по данной программе, ожидается изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью.

Предметные результаты: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения спортивных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание спортивных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.

Метапредметные результаты: формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека. Развитие психических процессов: мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности; развитие произвольной сферы: умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость.

Личностные результаты: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.

Учащиеся научатся:

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим;
- регулировать степень внимания и мышечного напряжения,
- приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды,
- находить выход из критического положения,
- быстро принимать решение и приводить его в исполнение,
- проявлять инициативу,
- оказывать товарищескую поддержку,
- добиваться достижения общей цели;

Будут знать:

- о способах и особенностях движение и передвижений человека;
  - о системе дыхания. работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;

– об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
– о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

Будут уметь:

– составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
– организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;

уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

5. Формы и виды контроля

- текущий контроль;

- тематический контроль;

- спортивные праздники;

- эстафеты, соревнования;

6. Методические рекомендации

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные 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 к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий. Игра для ребенка – праздник. Сам игровой процесс вызывает чувство восторга у детей. Поэтому они с болью воспринимают нарушения правил игры и поэтому так трудно переключить детей на другой вид деятельности.

Один из путей выхода из ситуации - разработка инновационных подходов к воспитанию и использование комплекса оздоровительных мероприятий - подвижных игр.

Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость), что немаловажно в учебном процессе.

Рекомендуется игры проводить на переменах, в группе продлённого дня, в школьных лагерях. Перечень игр не принципиален, если условия не позволяют провести игру, можно заменить на другую, более приемлемую для заданных условий.

Для эффективного решения поставленных задач хорошо будет привлечь педагога-психолога, медицинского работника, родителей учащихся.

Важная роль отводится взрослому, педагогу. Он – организатор, сценарист, критик. Педагог создает условия для игры, а решение в игре принимают участники. Владение игровым уровнем контакта очень важно для педагога. Прямое воздействие педагога на учащихся, оказанное в виде требования, совета, напоминания, не всегда оказывается эффективным. В игре ребенок не ощущает себя объектом воздействия. Дети стремятся к преодолению трудностей, сами ставят задачи и решают их. В игре воспитание переходит в самовоспитание. Непрямое воздействие педагога не сразу достигает результата, но оно более эффективно.

7. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

№ п/п	Наименование	Количество
1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция) для учителя		
1	В.И.Лях, А.А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов-М: «Просвещение», 2004г.	1шт
2	«Физическая культура» № 3 – 2006г, научно-методический журнал.	1шт
3	Авторская программа «Третий оздоровительный урок физической культуры в общеобразовательной школе».	1шт
4	В.Т. Кудрявцев, Б.Б.Егоров Развивающая педагогика оздоровления – М., 2000г.	1шт
5	Д.З. Шибакова, «Наука быть здоровым» - Челябинск, Южно - Урал. Книжн. Издательство.1997г.	1шт
6	Г.К.Зайцев, А.Г.Зайцев, «Твоё здоровье» Укрепление организма. –Санкт – Петербург 2006г.	1шт
7	А.П.Колтановский, «Тропы и дорожки здоровья» - М., Ф. и Спорт,1986г.	1шт
8	Устюжанина Л.В. «Опыт организации и проведения уроков здоровья», Курган-2000г.	1шт
9	Журнал «Начальная школа» № 7 2007 год М.Ф. Литвинова «Русские народные подвижные игры»	1шт
10	Л.П. Фатеева «300 подвижных игр для младших школьников», Ярославль, 1998г.	1 шт.
11	М.Н. Жуков «Подвижные игры», Москва, 2002г.	1 шт.

2. Библиотечный фонд (интернет ресурсы) для учителя		
1	Детский портал «Солнышко» http://www.solnyshko.ee	-
3. Технические средства		
1	Компьютер	1 шт
2	Музыкальный центр	1 шт
3. Оборудование для проведения игр		
1	Скакалка	10 шт
2	Удочка	3 шт
3	Футбольный мяч	3 шт
4	Баскетбольный мяч	3 шт
5	Волейбольный мяч	3 шт
6	Теннисный мяч	5 шт
7	Фишки	10 шт