

100

Утверждено _____
 Директор МКОУ «Октябрьский центр
 образования» _____
Л.В. Полякова Л.В. Полякова
 «31» августа 2017г.
 приказ № 94 от 31.08.2017г.

2017года.

Рассмотрено на заседании ШМО учителей гуманитарного цикла
протокол №1 от 31 августа 2017года.

Пояснительная записка

Одним из важнейших принципов отечественной педагогики начальной школы является воспитание ребенка в различных видах деятельности - игровой, трудовой, учебной и других. Особо важное значение для всестороннего воспитания, особенно нравственного, придается игровой деятельности, в процессе которой ребенок активно познает окружающую действительность и овладевает общественным опытом, нормами поведения, общечеловеческими ценностями, накопленными предшествующими поколениями.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Только здоровый ребенок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Актуальность: данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе, через специально организованную двигательную активность ребенка.

Практическая значимость: данная программа ориентирована на увеличение пространства, в котором школьники могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества.

Цель: укрепление здоровья воспитанников, их общей физической подготовки, создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья всех участников образовательного процесса.

Задачи:

- Обучать жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применять их в различных по сложности условиях;
- укреплять здоровье и содействовать правильному физическому развитию школьников;
- активизировать двигательную деятельность детей;
- воспитывать и формировать лидерские качества личности, способной взаимодействовать в команде.

Основным направлением внеурочной деятельности является спортивно-оздоровительная.

Формы деятельности:

- 1.организация соревнований по бегу, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);
- 2.беседы, направленные на профилактику вредных привычек;
- 3.проведение совместных спортивных праздников с родителями и детьми, веселых стартов.

Программа рассчитана на учащихся 1-4 классов. Практические занятия составляют основу программы. Программа строится на основе знаний возрастных, физических особенностей детей младшего школьного возраста.

На изучение курса «Ловкие казачата» в начальной школе выделяется в 1 классе –66 часов (2 ч. в неделю, 33 учебные недели), во 2 - 4 классах 68 часов (2 ч. в неделю, 34 учебные недели).

Результатом реализации данной программы является: укрепление здоровья и закаливание организма занимающихся, воспитание интереса к занятиям спортом, понимание роли и значения занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья.

Учащиеся должны:

понимать: роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

знать: разные виды подвижных игр;

уметь: передвигаться разными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях; выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости); осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

использовать: изученные виды упражнений для утренней гимнастики.

Тематический план

1-2 класс.

Блок	Содержание курса	Количество часов
1.	Основы знаний о подвижных играх	2
2.	Игры на внимание	10
3.	Бессюжетные игры	8
4.	Игры-забавы	8
5.	Игры на свежем воздухе	12
6.	Народные игры	7
7.	Игры и эстафеты	11
8.	Любимые игры детей за год	10
ИТОГО:		68

Тематический план

3-4 класс.

Блок	Содержание курса	Количество часов
1.	Основы знаний о подвижных играх и эстафетах	1
2.	Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики	14
3.	Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола	18
4.	Игры и эстафеты с элементами лыжной подготовки на свежем воздухе	5
5.	Игры на внимание	7
6.	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола	11
7.	Подвижные игры	10
8.	Веселые старты по итогам года	2
ИТОГО:		68

Содержание курса.

Игры на внимание.

Подвижные игры на развитие внимания и реакции детей, координации и равновесия.

Бессюжетные игры.

Данные игры отличаются наличием правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле, прятании. Такие игры доступны всем.

Игры-забавы.

В работе с детьми используют игры-забавы, аттракционы. Двигательные знания в этих играх выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

Это веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющие им радость, но и требующие от участников двигательных умений, ловкости, сноровки.

Народные игры.

Являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потехами, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

Любимые игры детей.

В данный раздел включены игры, которые предложили сами дети. Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь. Добиваться достижения цели и при этом испытать радость. Ребята учатся самостоятельно и с удовольствием играть.

Список литературы.

Список литературы для обучающихся:

1. Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой».- М., 2005г.
2. Вавилов Е.Н. «Бегай, прыгай, метай».- М., 2006г.

Список литературы, используемый учителем:

1. Горский В.А. «Примерные программы внеурочной деятельности начального общего образования» В.А.Горский.- М., «Просвещение», 2010
2. Ковалько В.И. «Здоровье - берегающие технологии». Москва «Вако», 2008г.
3. Осокина Т.И. «Детские подвижные игры народов», М., «Просвещение», 2005г.
4. Фролов В.Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми», М., «Просвещение», 2008г.
5. Шевченко И.В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону, «Феникс», 2006г.