

Пояснительная записка

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.)

Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. № 373";

Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, утвержденного Приказом МОиН РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897;

Приказа Минобрнауки России от 31.12.2015 №1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010г. №1897;

Письма МОиН РФ от 12.05.2011г. №03296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования» (Приложение 1.Раздел «Информационно - методические материалы»);

Место кружка в учебном плане.

Программа рассчитана на 34 часа в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут в 1 класс, 34 часа в год во 2 классе, 34 часа в год в 3 классе. 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.

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, 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;

Тематическое планирование 1 класс.

№	Название раздела	Количество часов
1	Русские народные	8

	игры	
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	9
4	ИТОГО	34

Тематическое планирование 2-3 класс

№	Название раздела	Количество часов
1	Игры на развитие силы	7
2	Игры на развитие ловкости и координации	8
3	Игры на развитие выносливости	5
4	Игры на развитие быстроты	10
5	Игры на развитие гибкости	4
	ИТОГО	34

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 утомленные 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, удовлетворить потребность в движении. А вот для обучающихся 3 класса, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор. Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

Цели изучения по каждому разделу

«Русские народные игры»

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.

«Игры разных народов»

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

«Подвижные игры»

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты»

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

Личностными результатами кружка «Игры народов России»

Являются следующие умения:

Оценивать 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 «Игры народов России»

Является формирование универсальных учебных действий (УУД).

➤ Регулятивные УУД:

- определять и информировать 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;

Формы занятий:

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

Режим занятий:

В 1-3 классах занятия продолжительностью 40 минут проводятся 1 раз в неделю в группах не более 15-ти детей, но и не менее 8-ми.

Планируемый результат:

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформируется начальное представление о культуре движения;
- младший обучающийся будет сознательно применять 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, 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. Д–демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);К–полный комплект (для каждого обучающегося);Ф– комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 обучающихся);П– комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол-во
1	Основная литература для учителя	
1.1	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д
1.2	Программы по «Физической культуре» (для четырёхлетней начальной школы) (Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е.)	Д
1.3	Б.Б.Егоров, Ю.Е.Пересадына: Физическая культура. Учебник . Книга 1. 1 – 2 классы. М., БАЛАСС, 2012г.	Ф
1.4	Рабочая программа по физической культуре	Д
2	Дополнительная литература для учителя	
2.1	О.А.Степанова: Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие.	Д
2.2	Ж.К., Холодов В.С. Кузнецов: Теория и методика физического воспитания и спорта - М. издательский дом «Академия» 2007г.	Д
2.3	Е.В.Конева: Спортивные игры: правила, тактика, техника – Ростов-на-Дону, издательство «Феникс», 2004г.	Д
2.4	Матвеев А. П. Методика преподавания физической культуры в 1 классе. – М., 2002	Д
3	Дополнительная литература для обучающихся	
3.1	Б.Б.Егоров, Ю.Е.Пересадына: Физическая культура. Учебник . Книга 1. 1 – 2 классы. М., БАЛАСС, 2012г.	Ф
4	<i>Учебно-практическое оборудование</i>	

4.1	Бревно гимнастическое напольное	П
4.2	Козел гимнастический	П
4.3	Канат для лазанья	П
4.4	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	П
4.5	Стенка гимнастическая	П
4.6	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
4.7	Комплект навесного оборудования (перекладина, тренировочные баскетбольные щиты)	П
4.8	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	К
4.9	Палка гимнастическая	К
4.10	Скакалка детская	К
4.11	Мат гимнастический	П
4.12	Гимнастический подкидной мостик	Д
4.13	Кегли	К
4.14	Обруч детский	Д
4.15	Рулетка измерительная	К
4.16	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям	Д
4.17	Лыжи детские (с креплениями и палками)	П
4.18	Щит баскетбольный тренировочный	Д
4.19	Сетка волейбольная	Д
4.20	Аптечка	Д

Список литературы. «Образовательная система «Школа 2100» федеральный государственный образовательный стандарт, Примерная основная образовательная программа. В 2-х книгах. Книга 2. Программа отдельных предметов для начальной школы / Под науч. ред. Д.И. Фельдштейна - изд. 2-е, испр. - М.: Баласс, 2011. - 432с.

1. 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».

2. 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., Пересади́на Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с.
6. Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. – Кемерово: изд-во КРИПК и ПРО, 2008.- 140с.
7. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.
8. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е – М.: Баласс, 2011.-80с.
9. Физическая культура. Входные и итоговые проверочные работы: 1-4 классы / Авт.-сост. В.Н. Верхлин, К.А. Воронцов.- М.:ВАКО, 2011.- 48с.-Контрольно - измерительные материалы

**Календарно - тематическое планирование
кружка «Игры народов России»
1-й класс (34 часа)**

№ п/п	Тема	Количество часов	Форма проведения
1	Русская народная игра «Жмурки»	1	Беседа, практика
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	Беседа, практика
3	Русская народная игра «Горелки»	1	Беседа, практика
4	Русская народная игра «Салки»	1	Беседа, практика
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Беседа, практика
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	Беседа, практика
7	Русская народная игра «Фанты»	1	Беседа, практика
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	Беседа, практика
9	Русская народная игра «Волк»	1	Беседа, практика
10	Русская народная игра «Птицелов»	1	Беседа, практика
11	Подвижная игра «Совушка»	1	Беседа, практика
12	Подвижная игра «Мышеловка»	1	Беседа, практика
13	Подвижная игра «Пустое место»	1	Беседа, практика
14	Подвижная игра «Карусель»	1	Беседа, практика
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1	Беседа, практика
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1	Беседа, практика
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1	Беседа, практика
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1	Беседа, практика
19	Эстафета «Передача мяча»	1	Беседа, практика
20	Эстафета «С мячом»	1	Беседа, практика
21	Эстафета зверей	1	Беседа, практика
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	Беседа, практика
23	Эстафета «Вызов номеров»	1	Беседа, практика
24	Эстафета по кругу	1	Беседа, практика
25	Эстафета с обручем	1	Беседа, практика
26	Эстафета со скакалкой	1	Беседа, практика
27	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1	Беседа, практика
28	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	Беседа, практика
29	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	Беседа, практика
30	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	Беседа, практика
31	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	Беседа, практика
32	Татарская народная игра «Серый волк»	1	Беседа, практика

33	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	Беседа, практика
34	Чувашская игра «Рыбки»	1	Беседа, практика

**Календарно - тематическое планирование
кружка «Игры народов России»
2-3 класс (34 часа)**

№ п/п	Тема	Количество часов	Форма занятия
1-2	Введение в программу. Из истории русских народных игр. Разучивание игр: «Зазывалки», «Считалки», «Жребий»	2	Беседа, практическая работа
3-6	Игры, отражающие отношения человека и природы «Волки во рву» «Волки и овцы» «Хромая лиса» «Медведь и возжак» «Коршун и наседка» «Белки, орехи и шишки» «Гуси-Лебеди»	4	Беседа, практическая работа
7-11	Игры, отражающие повседневные занятия и быт наших предков «Невод» «Удочка» «Птицелов» «Баба-Яга» «Ручеёк»	5	Беседа, практическая работа
12-16	Игры по религиозно-культурным мотивам «Водяной» «Черти в аду» «Пахари и Жнецы» «Иван-косарь и звери» «Люлька»	5	Беседа, практическая работа
17-22	Игры на находчивость, быстроту и координацию «Горелки» «Свайка» «12 палочек» «Жмурки» «Салки» «Городки» «Лапта»	6	Беседа, практическая работа
23-27	Игры на силу и ловкость «Чехарда» «Дуга» «Бой петухов» «Слон» «Третий лишний» «Котел»	5	Беседа, практическая работа
28-30	Военные игры разных народов «Кулачный бой» «Снежки» «Казачи-разбойники» «Взятие крепости» «Всадники и кони»	3	Беседа, практическая работа
31	Теория и история игр народов Якутии. Игры с метанием камней. «Метание камней» «Кар тякти»	1	Беседа, практическая работа
32	Игры с бегом. «Догонялки» «Кто из нас быстрее» «Оленья упряжка»	1	Беседа, практическая работа
33	Игры с обручем, прыжками. «Кольца» «Заячьи следы»	1	Беседа, практическая работа
34	Игры с мячом. «Поиграем в ямки» «Мячом по лункам»	1	Беседа, практическая работа

