

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ МАТЕМАТИКИ №1360»

Принята на заседании
методического (педагогического)
совета
Протокол № 1
от «26» 08 2016 года

«Утверждаю»
Директор ГБОУ Школа №1360
Синченко Л.А.

Приказ № 1/74-09
от «01» 09 2016 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст учащихся: 6-9 лет

Срок реализации: 1 год (34 часа)

Составитель:
Титова Наталья Юрьевна
Учитель физкультуры

Москва 2016

Пояснительная записка.

Программа дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- О повышении воспитательного потенциала общеобразовательного процесса в общеобразовательном учреждении (письмо Минобразования РФ от 2 апреля 2002 № 13-51-28\13.
- Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях (Приложение к письму Минобразования РФ от 11 июня 2002 года №30-51 -433\16

Данная программа составлена на основе программы по дополнительному образованию по спортивно-оздоровительному направлению для 1-2 классов по 1 часу в неделю.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – *это неотъемлемая часть любой национальной культуры.* В программу «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, 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.

Своеобразие этой программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения подвижным играм. Технические приемы, тактические действия и собственно сами подвижные игры, таящие в себе возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей учащихся.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

На современном этапе в большинстве учебных заведений подвижные игры либо вовсе отсутствуют в образовательной программе, либо заменены другими видами спортивных игр, такими как волейбол, баскетбол, футбол, которые не дают возможности расширить данную область подвижных игр, и основаны они в основном на элементах, а не на самой игре в целом.

На основе моих исследований в начальной школе я увидела уникальные возможности не только для физического, но и нравственного и психического состояния детей, которые развивают познавательные интересы детей для выработки воли и характера формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Каждая игра- маленький вклад в большую копилку приобретаемых детьми навыков и умений.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию.

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.

Цели и задачи

Цель данного курса состоит в том, чтобы систематизировать игры для более эффективного развития двигательных качеств учащихся 1-2 классов и выявить, влияет ли увеличение объема подвижных игр на результаты и темпы прироста показателей физической подготовленности. Для этого создана картотека игр и эстафет, помогающая в работе картотека, позволяет быстро отбирать игры и применять их на конкретном виде учебного материала для более эффективного достижения желаемого результата в развитие двигательных качеств. Чтобы судить об эффективности этой программы была проведена апробация на физкультурных занятиях в группах продленного дня. Во время эксперимента осуществлялись наблюдения за детьми 1-2 класса.

Цель программы: создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

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;

Роль и место данного курса:

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, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств.

Содержание программы определено с учётом:

- возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей учащихся, интересов и потребностей учащихся,

Тенденции развития воспитания и образования

В результате освоения программы дополнительного образования «Подвижные игры» обучающиеся должны:

знать:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- способы изменения направления и скорости движения;
- о народной игре как средстве подвижной игры;
- игры разных народов;
- о соблюдении правил игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры

Ожидаемый результат:

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

Новизна программы

Программа рассчитана как на здоровых детей, так и на детей, освобожденных от уроков физкультуры, относящихся к определенной медицинской группе. Программа дает расширенный кругозор детям и умение выразить свои качества в данном виде игр. Программа предусматривает командные и индивидуальные условия для обучающихся.

Обучение проводится на теоретическом и практическом, а также контрольном занятиях.

Знание техники безопасности и основ безопасной жизнедеятельности во время игры, основ медицинской подготовки, истории и правил игры.

Умение работать в коллективе

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.

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

1. раздел - «Русские народные игры»
2. раздел - «Игры народов России»
3. раздел - «Подвижные игры»
4. раздел - «Эстафеты»

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 народов России»

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

Планируемые результаты занятий по программе дополнительного образования «Подвижные игры»:

Личностные умения и навыки:

-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;

Метапредметные:

-формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

-определять и формировать 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.

Учебный (тематический) план

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Беседа «Что такое игра? История игры (подвижной, народной, спортивной)»	1	1		
2.	Занимательные игры. «Ловушка», «Прятки», «Удочка»	1		1	
3.	Подвижные игры на основе легкой атлетики: «Пятнашки», «Волк во рву», « Вышибалы», «Пионербол», «Картошка»	2		2	
4.	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Точно в цель»	1		1	
5.	Эстафеты с мячами. Правила игры.	2		2	

6.	Подвижные игры на основе спортивной игры: «Брось — поймай», «Охотники и утки», «Летучий мяч», «Снайперы»,	2		2	
7.	Игры русского народа. «Гуси лебеди», «Море волнуется»	1		1	
8.	Игры мордовского народа. «Салки»	1		1	
9.	Северо-осетинская народная игра: «Борьба за флажки»	1		1	
10.	Удмуртская народная игра: «Серый заяц»	1		1	
11.	Игры белорусского народа. «Прела-горела».	1		1	
12.	Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок», «Кто первый»	1		1	
13.	Групповые игры. «Карусель», «Совушка», «Штандр»	1		1	
14.	Игры народов Востока. «Скачки»,	1		1	
15.	Игры украинского народа. «Колдун».	1		1	
16.	Игра народов коми: «Стой, олень!»	1		1	
17.	Зимой на воздухе. «Гонки снежных комов», «Снежный боулинг», «Городки».	1		1	
18.	Строительные игры из снега.	1		1	Открытое занятие
19.	Подвижные игры на основе лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в цель»	1		1	

20.	Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения («змейкой», «по кругу», «спиной вперед»), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий старт с последующим стартовым ускорением. Эстафеты.	2		2	
21.	Игры чувашского народа. «Рыбки».	1		1	
22.	Игры калмыцкого народа «Забрасывание белого мяча».	1		1	
23.	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Передай мяч по цепочке»	1		1	
24.	Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.	1		1	Открытое занятие
25.	Групповые игры. «Охотник и сторож», «Колдунчики»	1		1	
26.	Групповые игры. «Чай-чай-выручай».	1		1	
27.	Подвижные игры на основе гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка»	1		1	
28.	Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями.	1		1	
29.	Игры азербайджанского народа «Отдай платочек».	1		1	
30.	Праздник здоровья и подвижной народной игры. Итоговое занятие	1		1	Открытое занятие
	Итого:	34 часа	1 час	33 часа	

Список методической литературы.

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. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с.
5. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересадын Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.
6. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересадын Ю.Е – М.: Баласс, 2011.-80с.
7. ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009.
8. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.
9. «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры»– Мир Книги, Москва. 2003.
- 10.«Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения. «Первое сентября», Москва ,2000.
- 11.Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
- 12.Гуревич И.А. , 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию, Минск, 1994
- 13.Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 198
- 14.Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993. Гришков В.И.,Новосибирск , 1992,
- 15.Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000
- 16.Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М.,1991
- 17.Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 1986.
- 18.Осокина Т.И., Детские подвижные игры и развлечения детей на воздухе – М., 1983.

19. Якуб С.К. , Вспомним забытые игры ,М, 1988.
20. Страковская В.Л., 300 подвижных игр, М 1994
21. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. – М., 2004г.