****

**Пояснительная записка**

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2012 г.)

 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 сформированности двигательных 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 общего 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 общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности

 программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Итак, подвижные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности ,сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Впечатления детства глубоки и неизгладимы в памяти взрослого человека. Они образуют фундамент развития его нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно- полезной и творческой деятельности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить 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 «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.

**Место кружка в учебном плане.**

Программа рассчитана на 68 часов в год с проведением занятий 2 раза в неделю, продолжительность занятия 35 - 45 минут. Содержание 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 класса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Разделы  | Кол-во часов |
| 1 | Русские народные игры | 16 |
| 2 | Подвижные игры | 34 |
| 3 | Эстафеты | 16 |
|  | итого | 66 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Разделы  | Кол-во часов |
| 1 | Русские народные игры | 22 |
| 2 | Подвижные игры | 16 |
| 3 | Эстафеты | 16 |
| 4 | Игры народов России | 14 |
|  | итого | 68 |

**Тематическое планирование 2 класса**

**Тематическое планирование 3 класса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Разделы  | Кол-во часов |
| 1 | Русские народные игры | 22 |
| 2 | Эстафеты | 12 |
| 3 | Игры народов России | 34 |
|  | итого | 68 |

**Тематическое планирование 4 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Разделы  | Кол-во часов |
| 1 | Русские народные игры | 38 |
| 2 | Эстафеты | 16 |
| 3 | Игры народов России | 14 |
|  | итого | 68 |

**Методические рекомендации**

1. *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убегать, 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 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», изучается с 1-го по 4-й
 класс.
2. раздел - «Игры народов России», изучается со 2 по 4-й класс.
3. раздел - «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.
4. раздел - «Эстафеты», изучается в 1-4-х классах.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, 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 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

**Личностными результатами кружка «Страна игр»**

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** «**Страна игр**»

 является 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.

**Планируемый результат:**

-у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;

- сформировано начальное представление о культуре движении;

- 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.

**Тематическое планирование**

 **«Подвижные игры»**

**1-й класс (66 часов)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятия | Кол-вочасов | Дата |
| план | факт |
| 1-2 | Гуси-лебеди | 2 |  |  |
| 3-4 | У медведя во бору | 2 |  |  |
| 5-6 | Филин и пташки | 2 |  |  |
| 7-8 | Палочка - выручалочка | 2 |  |  |
| 9-10 | Блуждающий мяч | 2 |  |  |
| 11-12 | Классики | 2 |  |  |
| 13-14 | Ловишка в кругу | 2 |  |  |
| 15-16 | Пчелки и ласточки | 2 |  |  |
| 17-18 | К своим флажкам | 2 |  |  |
| 19-20 | Кот идет | 2 |  |  |
| 21-22 | Северный и южный ветер | 2 |  |  |
| 23-24 | Соревнования скороходов | 2 |  |  |
| 25-26 | Колдунчики | 2 |  |  |
| 27-28 | Аисты | 2 |  |  |
| 29-30 | Пчелы и медведи | 2 |  |  |
| 31-32 | Хитрая лиса | 2 |  |  |
| 33-34 | Ловишки с приседаниями | 2 |  |  |
| 35-36 | Переправа с досками | 2 |  |  |
| 37-38 | Туннель | 2 |  |  |
| 39-40 | Собери урожай | 2 |  |  |
| 41-42 | На погрузке арбузов | 2 |  |  |
| 43-44 | Принеси мяч | 2 |  |  |
| 45-46 | Успей перебежать | 2 |  |  |
| 47-48 | С мячом | 2 |  |  |
| 49-50 | Весёлые старты | 2 |  |  |
| 51-52 | Совушка | 2 |  |  |
| 53-54 | Мышеловка | 2 |  |  |
| 55-56 | Пустое место | 2 |  |  |
| 57-58 | Карусель | 2 |  |  |
| 59-60 | Кто быстрее? | 2 |  |  |
| 61-62 | Конники-спортсмены | 2 |  |  |
| 63-64 | Лягушата и цыплята | 2 |  |  |
| 65-66 | Карлики и великаны | 2 |  |  |

 **Тематическое планирование**

 **«Подвижные игры»**

**2-й класс (68 часов)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятия | Кол-вочасов | Дата |
| план | факт |
| 1-2 | Русская народная игра «Жмурки» | 2 |  |  |
| 3-4 | Русская народная игра «Кот и мышь» | 2 |  |  |
| 5-6 | Русская народная игра «Горелки» | 2 |  |  |
| 7-8 | Русская народная игра «Салки» | 2 |  |  |
| 9-10 | Русская народная игра «Пятнашки» | 2 |  |  |
| 11-12 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 2 |  |  |
| 13-14 | Русская народная игра «Фанты» | 2 |  |  |
| 15-16 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 2 |  |  |
| 17-18 | Русская народная игра «Волк»  | 2 |  |  |
| 19-20 | Русская народная игра «Птицелов» | 2 |  |  |
| 21-22 | Подвижная игра «Совушка» | 2 |  |  |
| 23-24 | Подвижная игра «Мышеловка» | 2 |  |  |
| 25-26 | Подвижная игра «Пустое место» | 2 |  |  |
| 27-28 | Подвижная игра «Карусель» | 2 |  |  |
| 29-30 | Подвижная игра «Кто быстрее?» | 2 |  |  |
| 31-32 | Подвижная игра «Конники-спортсмены» | 2 |  |  |
| 33-34 | Подвижная игра «Лягушата и цыплята» | 2 |  |  |
| 35-36 | Подвижная игра «Карлики и великаны» | 2 |  |  |
| 37-38 | Эстафета «Передача мяча» | 2 |  |  |
| 39-40 | Эстафета «С мячом» | 2 |  |  |
| 41-42 | Эстафета зверей | 2 |  |  |
| 43-44 | Эстафета «Быстрые и ловкие» | 2 |  |  |
| 45-46 | Эстафета «Вызов номеров» | 2 |  |  |
| 47-48 | Эстафета по кругу | 2 |  |  |
| 49-50 | Эстафета с обручем | 2 |  |  |
| 51-52 | Эстафета со скакалкой | 2 |  |  |
| 53-54 | Русская народная игра «Гори, гори ясно!» | 2 |  |  |
| 55-56 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 2 |  |  |
| 57-58 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 2 |  |  |
| 59-60 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 2 |  |  |
| 61-62 | Марийская народная игра «Катание мяча» | 2 |  |  |
| 63-64 | Татарская народная игра «Серый волк» | 2 |  |  |
| 65-66 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 2 |  |  |
| 67-68 | Чувашская игра «Рыбки | 2 |  |  |

**Тематическое планирование**

 **«Подвижные игры»**

**3-й класс (68 часов)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Дата |
|  |  |
| 1-2 | Русская народная игра «Краски» | 2 |  |  |
| 3-4 | Русская народная игра «Гори, гори ясно» | 2 |  |  |
| 5-6 | Русская народная игра «Ляпка» | 2 |  |  |
| 7-8 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 2 |  |  |
| 9-10 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 2 |  |  |
| 11-12 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 2 |  |  |
| 13-14 | Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой» | 2 |  |  |
| 15-16 | Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!» | 2 |  |  |
| 17-18 | Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!» | 2 |  |  |
| 19-20 | Игры народов Коми «Невод»,»Стой, олень!» | 2 |  |  |
| 21-22 | Марийская народная игра «Катание мяча» | 2 |  |  |
| 23-24 | Татарская народная игра «Серый волк» | 2 |  |  |
| 25-26 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 2 |  |  |
| 27-28 | Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка» | 2 |  |  |
| 29-30 | Чечено-ингушская игра «Чиж» | 2 |  |  |
| 31-32 | Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба» | 2 |  |  |
| 33-34 | Мордовские народные игры «Котел», «Круговой» | 2 |  |  |
| 35-36 | Северо-осетинская игра «Борьба за флажки» | 2 |  |  |
| 37-38 | Чувашская игра «Рыбки» | 2 |  |  |
| 39-40 | Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз» | 2 |  |  |
| 41-42 | Эстафета «Вызов номеров» | 2 |  |  |
| 43-44 | Эстафета по кругу | 2 |  |  |
| 45-46 | Эстафета с обручем | 2 |  |  |
| 47-48 | Эстафета с мячом | 2 |  |  |
| 49-50 | Эстафета «Быстрые и ловкие» | 2 |  |  |
| 51-52 | Эстафета «Встречная» | 2 |  |  |
| 53-54 | Русская народная игра «Салки» | 2 |  |  |
| 55-56 | Русская народная игра «Пятнашки» | 2 |  |  |
| 57-58 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 2 |  |  |
| 59-60 | Русская народная игра «Фанты» | 2 |  |  |
| 61-62 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 2 |  |  |
| 63-64 | Русская народная игра «Волк» | 2 |  |  |
| 65-66 | Русская народная игра «Птицелов» | 2 |  |  |
| 67-68 | Русская народная игра «Горелки» | 2 |  |  |

 **Тематическое планирование**

 **«Подвижные игры» 4-й класс (68 часов)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Дата |
| план | факт |
| 1-2 | Русская народная игра «Жмурки» | 2 |  |  |
| 3-4 | Русская народная игра «Кот и мышь» | 2 |  |  |
| 5-6 | Русская народная игра «Горелки» | 2 |  |  |
| 7-8 | Русская народная игра «Салки» | 2 |  |  |
| 9-10 | Русская народная игра «Пятнашки» | 2 |  |  |
| 11-12 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 2 |  |  |
| 13-14 | Русская народная игра «Фанты» | 2 |  |  |
| 15-16 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 2 |  |  |
| 17-18 | Русская народная игра «Волк»  | 2 |  |  |
| 19-20 | Русская народная игра «Птицелов» | 2 |  |  |
| 21-22 | Русская народная игра «Гори, гори ясно!» | 2 |  |  |
| 23-24 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 2 |  |  |
| 25-26 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 2 |  |  |
| 27-28 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 2 |  |  |
| 29-30 | Марийская народная игра «Катание мяча» | 2 |  |  |
| 31-32 | Татарская народная игра «Серый волк» | 2 |  |  |
| 33-34 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 2 |  |  |
| 35-36 | Чувашская игра «Рыбки | 2 |  |  |
| 37-38 | Эстафета «Передача мяча» | 2 |  |  |
| 39-40 | Эстафета со скакалкой | 2 |  |  |
| 41-42 | Эстафета «С мячом» | 2 |  |  |
| 43-44 | Эстафета зверей | 2 |  |  |
| 45-46 | Эстафета «Быстрые и ловкие» | 2 |  |  |
| 47-48 | Эстафета «Вызов номеров» | 2 |  |  |
| 49-50 | Эстафета по кругу | 2 |  |  |
| 51-52 | Эстафета с обручем | 2 |  |  |
| 53-54 | Русская народная игра «Салки» | 2 |  |  |
| 55-56 | Русская народная игра «Пятнашки» | 2 |  |  |
| 57-58 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 2 |  |  |
| 59-60 | Русская народная игра «Краски» | 2 |  |  |
| 61-62 | Русская народная игра «Гори, гори ясно» | 2 |  |  |
| 63-64 | Русская народная игра «Третий лишний» | 2 |  |  |
| 65-66 | Русская народная игра «Пятнашки» | 2 |  |  |
| 67-68 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 2 |  |  |