**C:\Users\user\Desktop\Акунка А.В\скан\ка34.TIF**

**Пояснительная записка**

Программа разработана на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования /Москва «Просвещение» 2011 год;
2. «Программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность.» Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.Н. М., Просвещение, 2011.
3. Учебного плана на 2020/2021 учебный год МБОУ ООШ с. Верхний Нерген.
4. ООП НОО

В связи с введением в образовательный процесс современных ИКТ технологий учащиеся стали вести малоподвижный образ жизни, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Подвижные игры в рамках внеурочной деятельности в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы.

**Целью** рабочей программы является совершенствование двигательных умений и навыков младших школьников посредством подвижных и спортивных игр

**Задачи:**

**обучающие**:

·  научить детей играть активно и самостоятельно;

·  прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

**развивающие:**

·  вырабатывать умение в любой игровой ситуации 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;

·  развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость;

·  увеличивать функциональные возможности организма.

**воспитывающие**:

·  формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;

·  прививать учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;

·  воспитывать культуру общения со сверстниками и формировать навыки сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;

·  способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

**Место внеурочной деятельности в плане школы**

На внеурочную деятельность спортивно-оздоровительного кружка «Казачок» в учебном плане ОУ предусмотрен 1 час в неделю. Рабочая программа ориентирована на учащихся 3, 4 класса - 34 часа.

**Особенности программы**

Программа рассчитана на детей 10-11 лет, в четвертом классе изучают спортивные игры.

Теоретический материал программы предлагается в форме бесед до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности, в ходе которых дети узнают много интересного об истории происхождения и развития различных игровых видов деятельности; знакомятся с правилами игры, правилами общения, правилами безопасного поведения на занятиях и во время самостоятельно организованных игр. В практическую часть программы входят комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, упражнения для нормализации осанки; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов. Комплексы регулярно обновляются.

При проведении занятий учитываются индивидуальные особенности обучающихся, уровень их физической подготовленности и состояние здоровья.

**Планируемые результаты**

Игры являются средством формирования у обучающихся универсальных учебных действий.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

·  характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

·  находить ошибки при проведении игр, отбирать способы их исправления;

·  общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

·  обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игровой деятельности;

·  организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр;

·  планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;

·  управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

·  технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.

·  умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;

·  умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

·  умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы по изучению игр являются следующие умения:

·  активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

·  проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

·  проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

·  оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Предметными результатами** освоения учащимися программы являются следующие умения:

·  планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг;

·  излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

·  представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

·  оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

·  организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

·  бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр;

·  организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;

·  характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время игр;

·  взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

·  в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

·  подавать команды, вести подсчет при организации и проведении игр;

·  применять в игровой деятельности технические действия из базовых видов спорта.

**Содержание программы**

**3-4 класс. Спортивные игры.**

Бадминтон. Теннис. Футбол. Гандбол. Пионербол. Флорбол. Ножная лапта. Баскетбол. Шашки. Шахматы. Уголки. Резиночка. Классики. Городки. Пассбол. Русская лапта.

Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки; упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

**Учебно-методическое обеспечение**

1.  Барканов, С. В. Формирование здорового образа жизни российских подростков: Учебно-методическое пособие / С. В. Барканов – М.: Владос, 2001.

2.  Белоножкина, О. В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе. Волгоград. Учитель, 2007.

3.  Богданов, Г. П. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом / Г. П. Богданов, О. У. Устенов – М., 1993.

4.  Богданов, В. П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие / В. П. Богданов **–**М., 1990.

5.  Гальцова, Е. А., Власенко, О. П. Спортивный серпантин. Сценарии спортивных мероприятий. Волгоград: Учитель, 2007.

6.  Гордияш, Е. Л., Жигульская, И. В., и др. Физичское воспитание в школе. Волгоград: Учитель, 2008.

7.  Горский, В. А. «Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное основное образование» под редакцией В. А. Горского, -2-е изд. – М., Просвещение 2011

8.  Журнал «Физическая культура в школе»

9.  Казин, Э. М. Физическое развитие личности в воспитательно-образовательном процессе школы. Кемерово. 2005.

10.  Кенеман, А. В. Детские подвижные игры народов СССР / А. В. Кинеман **-** М.: Просвещение, 1988г.

11.  Кузнецов, В. С., Колодницкий, Г. А. «Физическая культура. Упражнения и игры с мячами». Методическое пособие. М., НЦ ЭНАС. 2002.

12.  Литвинова, М. Ф. «Русские народные подвижные игры». Под редакцией Руссковой, Л. В. М., Просвещение. 1986г.

13.  Патрикеев, А. Ю. «Подвижные игры» 1-4 классы. Учебно-методическое пособие. М., ВАКО. 2007г.

14.  Пензулаева, Л. И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7лет». М., Владос, 2001г.

15.  Сайт о русских народных играх. – http\\www. glee. ru.

16.  Степанов, П. В., Сизяев, С. В., Сафронов Т. Н. программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность. М., Просвещение, 2011.

17.  Яковлев, В. Г. Подвижные игры / В. Г. Яковлев. М.: Просвещение, 1992.