

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области основная общеобразовательная школа № 21 города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области (ГБОУ ООШ № 21 г. Новокуйбышевска)

УТВЕРЖДЕНА

ПРИНЯТА  
на заседании

РАССМОТРЕНА  
на заседании МО

Педагогического совета

учителей начальных классов

протокол

протокол

от 27.08.14 № 8

от 26.08.14, № 1

27.08.2014

И.о. директор ГБОУ ООШ № 21

Новокуйбышевска



Председатель

Н.В. Низчук

Н.В. Низчук

Руководитель ШМО

О.Н. Федосеева

О.Н. Федосеева

**Программа внеурочной деятельности  
«Понграйка»  
(спортивно-оздоровительное направление)**

Возраст детей – 9-10 лет

Срок реализации – 1 год

Составили:

учителей начальных классов  
Федосеева О.Н., Бекирова Н.В.,  
Савина С.Ю., Саяпина Г.А.

г.о. Новокуйбышевск,

2014 год

**Пояснительная записка**

Здоровье человека – тема для разговора достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских

школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением ребенком общего среднего образования.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь.

### **Актуальность программы**

Игра как средство познания мира и подготовки нового поколения к жизни была давно оценена и использовалась в воспитательных целях. Игры существуют разные: подвижные, сюжетные, подражательные, познавательные и др. Для современного ребенка важно участвовать во всех видах игровой деятельности, будь то интеллектуальная игра или подвижная.

Образовательное значение игр многообразно. Систематическое их применение совершенствует возможности детей и обеспечивает полноценное развитие двигательной и познавательной активности.

Одновременно в процессе игры совершенствуются восприятие и реагирование – качества очень важные в повседневной жизни. Вместе с ними развиваются способности к анализу и принятию решений. Таким образом, под влиянием игровых условий приобретает способность к правильному действию.

В распоряжении образовательной системы имеются мощные возможности для позитивного воздействия на здоровье школьников путем повышения уровня культуры здоровья, приобщения к ведению здорового образа жизни. Не использовать их – значит не решать главную задачу образования – подготовку ребенка к самостоятельной жизни. В рамках введения ФГОС НОО представилась возможность подойти к проблеме воспитания ЗОЖ более комплексно.

Учитывая комплексный характер воздействия игры на развитие личности ребенка появилась необходимость в разработке программы «Поиграйка», которая является модифицированной и имеет спортивно-оздоровительное направление

**Реализация программы** рассчитана на 1 год.

#### **График проведения занятий:**

- Общее количество часов в год – 34 ч.
- Продолжительность занятий – 1 час в неделю.

**Возраст учащихся:** 9-10 лет (3 класс)

#### **Цель программы:**

Создание условий для становления личности ребенка путем укрепления здоровья, разносторонней подготовкой и овладением рациональной техникой, необходимой для достижения в развитии двигательных способностей через игровую деятельность

### **Задачи программы:**

#### *Учебные:*

- обучить умению самостоятельно заниматься физическими упражнениями, используя их в целях досуга, отдыха;
- способствовать формированию информационной компетентности;

#### *Воспитательные:*

- способствовать формированию коммуникативной компетентности;
- воспитание ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности, трудолюбия, дисциплины, чувства коллективизма;
- прививать навыки общей физической культуры;

#### *Развивающие:*

- Формировать устойчивый познавательный интерес к занятиям физической культуры и спортом;
- Развивать физические качества: силу, ловкость, выносливость, гибкость, быстроту;

### **Ожидаемые результаты образовательного процесса**

#### ***Воспитанники должны знать:***

- знать и выполнять технику безопасности при спортивных занятиях;
- знать и выполнять правила личной гигиены и закаливания;
- знать правила игр детей народов мира и познавательных игр;

#### ***Воспитанники должны уметь:***

- иметь необходимые двигательные умения и навыки для освоения подвижных и спортивных игр.

На всех занятиях формируются следующие УУД:

#### *познавательные действия:*

- дети воспринимают и анализируют новую для них информацию;

#### *личностные действия:*

- формируется интерес и мотивация к занятиям, осознание своих трудностей и стремление к их преодолению;

#### *регулятивные действия:*

развитие и оценка своих действий, самоконтроль за своей деятельностью;

#### *коммуникативные действия:*

- сотрудничество с учителем и сверстниками, участие в группах и командах, умение разрешать игровые конфликты

### **Ресурсное обеспечение эффективной реализации программы**

### ***Материально – техническое обеспечение:***

Оборудование, инвентарь:

1. спортивный зал, соответствующий нормативным требованиям
2. гимнастические скамейки;
3. обручи;
4. мячи: волейбольный, футбольный, баскетбольный, теннисные;
5. скакалки;
6. секундомер;

### **Формы занятий.**

1. урок-игра;
2. урок-соревнование;
3. урок-выступление.

***Групповые формы обучения*** применяются на учебно-игровых занятиях для взаимодействия и сплоченности коллектива.

***Коллективная форма обучения*** применяется при формировании и развитии любой из ключевых компетентностей, особенно информационной, коммуникативной.

### ***Методы обучения***

***Теоретические методы обучения (словесные)*** нацелены на формирование и развитие компетентности решения проблем, готовности анализировать нестандартные ситуации, ставить цели в соответствии с конечной целью всего коллектива спортивной группы, оценивать свою деятельность в зависимости от результатов достигнутого коллективом.

Теоретические методы обучения развивают технологическую компетентность, что позволяет осваивать и грамотно применять новые технологии в работе спортивных групп.

***Практические методы обучения*** развивают коммуникативную компетенцию. Данные методы через систему специальных взаимодействий на учебно-игровых занятиях дают возможность развивать способность к социальному взаимодействию с воспитанниками спортивных групп, позволяя цивилизованно, с использованием нужной аргументации отстаивать свою точку зрения путем признания авторитета.

***Наглядные методы обучения*** (квалифицированный показ преподавателя) приводит к закреплению практических методов обучения и развивает информационную компетентность.

***Игровой метод обучения*** (игровые задания, упражнения, элементы подвижных и спортивных игр).

### ***Личностные и метапредметные результаты освоения программы***

***Личностные результаты:***

- понимание социальной реальности и повседневной жизни;
- ролевое поведение;
- общение по правилам, задаваемым воображаемыми условиями;
- приобщение к здоровому образу жизни.

***Метапредметные результаты:***

Регулятивные УУД:

- умение выполнять действия по определенным правилам;
- умение корректировать свое поведение в процессе игры.
- умение использовать полученные знания в процессе выполнения творческих заданий.

Познавательные УУД:

- способность к поиску и использованию необходимой информации в ходе игры;
- развитие творческого воображения;
- умение анализировать свои действия.

Коммуникативные УУД:

- умение правильно общаться со сверстниками и взрослыми людьми;
- умение выражать свои чувства и эмоции в корректной форме;
- умение оценивать свои действия в процессе игры.

### Тематический план

№	Название темы	Всего часов	Кол-во часов	
			Теорет.	Практ.
1.	Вводный урок. Чему мы научимся на занятиях.	1	1	0
2.	Места занятий, оборудование, спортивный инвентарь	1	0,5	0,5
3.	Игра «Вызов номеров»	2	0	2
4.	Игра «Змейка»	2	0	2
5.	Игра «Пятнашки»	2	0	2
6.	Игра «Круговая лапта»	2	0	2
7.	Игра «Два Мороза»	2	0	2
8.	Игра «Птицы» эстонская игра	2	0	2
9.	Игра «Охотники и утки»	2	0	2
10.	Спортивный праздник «Научи младшего друга»	2	0	2
11.	Игра «Два и три»	2	0	2
12.	Игра «Найди себе пару»	2	0	2
13.	Игра «Бег по кочкам»	2	0	2
14.	Игры детей мира	2	0	2
15.	Игра «Зима - лето»	2	0	2
16.	Игра «К своим флажкам»	2	0	2
17.	Игра «Фигуры»	2	0	2
18.	Игра «Бег сороконожек»	2	0	2
<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>1,5</b>	<b>32,5</b>

### Содержание.

1. Связь между подвижной игрой и физической культурой. ЗОЖ. Инструктаж по ТБ.

2. Знакомство с местами проведения занятий, спортивным инвентарем, выход на спортивную площадку.

3. Игра большой подвижности ,развитие быстроты и ловкости движений.
4. Правила игры. Развитие координации коллективных действий.
5. Правила игры ,развитие ловкости. Умения ориентироваться в пространстве.
6. Правила игры. Развитие ловкости. Чувства дистанции, точности и быстроты движений.
7. Правила игры. Развитие навыков передвижения, координации движений, внимания, чувства партнерства.
8. Правила игры. Развитие быстроты реакции, произвольности движений.
9. Знакомство с игрой, правила игры .Развитие быстроты реакции, меткости
10. Игры с воспитанниками детского сада
11. Правила игры. Развитие быстроты реакции, произвольности движений .
12. Правила игры. Развитие быстроты реакции.
13. Правила игры. Развитие быстроты реакции
14. Знакомство с детскими играми. Игра на ловкость.
15. Правила игры. Развитие скорости, выносливости, ловкости, внимательности, двигательной активности.
16. Правила игры. Развитие внимания, памяти, слуха, реакции на сигнал.
17. Правила игры. Воспитание произвольности, статической реакции, координации движений, быстроты реакции, инициативы, творческого подхода.
18. Правила игры .Развитие быстроты реакции.

#### **Мониторинг результативности реализации программы**

*Способами проверки* ожидаемых результатов служат: соревнования, игры, тест (См. Приложение)

#### **Библиографический список**

1. Учебное пособие «Примерные программы внеурочной деятельности». Под редакцией В.А. Горского. Москва «Просвещение» 2011г.
2. Погадаев Г.И. Народные игры на уроке физической культуры и во внеурочное время. 2004г.
3. Ковалева Е.А Веселые игры для детей и взрослых. Москва. 2006г.
4. Садыкова С.Л., Лебедева Е.Н. Физическая культура 1-11 классы. Подвижные игры на уроках и во внеурочное время. Издательство «Учитель» г.Волгоград 2008 г.

### Тест для выявления уровня освоения программы ВД «Поиграйка»

№	Задание	Ответ
1.	<p>Что развивает игра «Вызов номеров»?</p> <p>Выбери правильный ответ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ память</li> <li>➤ ловкость</li> <li>➤ выносливость</li> </ul>	ловкость
2.	<p>Что развивает игра «Змейка»?</p> <p>Выбери правильный ответ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ловкость</li> <li>➤ координацию коллективных действий</li> <li>➤ внимание</li> </ul>	координацию коллективных действий
3.	<p>Что развивает игра «Крокодил»?</p> <p>Выбери правильный ответ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ воображение</li> <li>➤ скорость</li> <li>➤ выносливость</li> </ul>	воображение
4.	<p>Выбери необходимый спортивный атрибут для казахской народной игры «Пятнашки»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ скакалка</li> <li>➤ обруч</li> <li>➤ мяч</li> </ul>	мяч
5.	<p>Выбери знакомые тебе игры народов мира:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ «Лев и коза»</li> <li>➤ «Два и три»</li> <li>➤ «Фунтик и Лунтик»</li> <li>➤ «Лев и собачка»</li> </ul>	«Два и три»,
6.	<p>Где должны проводиться физкультурные занятия?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ классная комната</li> <li>➤ спортивный зал</li> <li>➤ игровая площадка</li> <li>➤ спортивная площадка</li> </ul>	спортивный зал спортивная площадка
7.	<p>Выбери спортивный инвентарь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ кегли</li> <li>➤ канат</li> <li>➤ кроссовки</li> <li>➤ обруч</li> <li>➤ указка</li> </ul>	кегли канат обруч
8.	<p>Продолжи пословицы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ В здоровом теле – здоровый...</li> <li>➤ Здоровье – всего ...</li> <li>➤ Здоров будешь – всё ...</li> </ul>	дух дороже добудешь
9	<p>Напиши название игры, которой ты сможешь научить своих друзей.</p>	
10	<p>В каких подвижных играх ты участвовал на занятиях</p>	

кружка «Поиграйка»?	
---------------------	--

**Диагностическая карта (сводная)**  
**«Оценка результатов освоения программы объединения «Поиграйка»**

Дата проведения мониторинга: \_\_\_\_\_

№	Фамилия, имя / вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	итого
1												В __, С __, Н __
2												В __, С __, Н __
3												В __, С __, Н __
4												В __, С __, Н __
5												В __, С __, Н __
6												В __, С __, Н __
7												В __, С __, Н __
8												В __, С __, Н __
9												В __, С __, Н __
10												В __, С __, Н __
11												В __, С __, Н __
12												В __, С __, Н __
13												В __, С __, Н __
14												В __, С __, Н __
15												В __, С __, Н __
16												В __, С __, Н __
17												В __, С __, Н __
18												В __, С __, Н __
19												В __, С __, Н __
20												В __, С __, Н __
21												В __, С __, Н __
22												В __, С __, Н __
23												В __, С __, Н __
	<b>ИТОГО</b>											В __, С __, Н __

**Критерии оценивания**

10-7 баллов – высокий уровень

6-4 балла – средний уровень

3-1 балла – низкий уровень