****

**Пояснительная записка**

Данная программа составлена на основе:

* Закон Российской Федерации «Об образовании»;
* Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (второго поколения);

СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 29 декабря 2010 г.О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);

* Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);

Рабочая программа составлена с учетом следующих нормативных документов:

* Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).
* Национальная доктрина образования в РФ. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000г. № 751.
* Базисный учебный план общеобразовательных учреждений РФ. Приказ МО РФ от 09.03.2004г. № 1312 (ред. От 30.08.2011г.).
* Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.
* О продукции мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499.
* О Концепции Федеральной целевой программы развития образования до 2020 года
* Распоряжение правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р.
* Учебный план муниципального казенного общеобразовательного учреждения "Касторенская средняя общеобразовательная школа №1" на 2018-2019 учебный год.

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

**Актуальность программы:**

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

 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 обучающихся, 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 обучающихся, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих школьников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта.

 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 или продолжали 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 школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

**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 школьников 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

 **Планируемые результаты реализации программы внеурочной деятельности**

 Воспитательные результаты внеурочной спортивно – оздоровительной деятельности учащихся 1 класса распределяются по двум уровням:***Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний понимания социальной реальности и повседневной жизни***): приобретение школьниками знаний о здоровом образе жизни, об оздоровительном значении занятий физической культурой, о личной гигиене, о технике безопасности на занятиях физкультурой, о видах двигательной активности в режиме дня, о российских спортивных традициях, о правилах подвижных игр и способах коммуникации со сверстниками, о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

*Формы достижения результатов первого уровня:* практические занятия, игра – путешествие, беседы, тренинги, тестирование.

***Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):*** развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к физкультуре и спору, к труду, к родному Отечеству, к другим людям

  **Основные направления реализации программы:**

 -организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;

– организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);

– организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;

– активное использование спортивной площадки

– проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;

– санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;

– организация питания учащихся;

– проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,

– организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;

Данная программа ориентирована на формирование и развитие следующих видов **универсальных учебных действий (УУД):**

*Личностные УУД*

* определять для себя смысл и значение игровой деятельности для повышения мотивации к здоровому образу жизни;
* понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;
* соотносить свое поведение с предъявляемыми в определенных действиях требованиями;
* активно включаться во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

*Регулятивные УУД*

* планировать свои действия с поставленной задачей;
* ставить учебные задачи в соответствии с предлагаемой деятельностью;
* контролировать и оценивать выполнение заданий, с целью нахождения несоответствия с эталоном двигательного действия.

*Познавательные УУД*

* находить и структурировать информацию;
* анализировать игровые действия с выделением существенных признаков;
* осваивать правила поведения и безопасности

*Коммуникативные УУД*

* учитывать позицию партнера в совместной деятельности;
* учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
* договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
* использовать речь для регуляции своего действия;
* контролировать действия партнера в игровой деятельности.

 **Содержание курса внеурочной деятельности**

 Кружок “Подвижные игры” входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительноеразвитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В “Кладовую подвижных игр” вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также 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.

В основу отбора содержания программы были положены следующие **принципы:**

* ***принцип оздоровительной направленности*** обосновывает применение подвижных игр для компенсации недостатка двигательной активности детей;
* ***принцип социализации*** направлен на включение ребенка в групповую деятельность, воспитанию у них межличностных отношений и организационных умений;
* ***принцип доступности*** предполагает подбор заданий, соответствующих уровню социального, психологического и физического развития детей;
* ***принцип постепенности*** определяет необходимость построения образовательного процесса в соответствии с правилами «от известного к неизвестному», «от простого к сложному» в поэтапном освоении и переводе учебных знаний в практические навыки;
* ***принцип сознательности и активности*** предполагает формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых видов деятельности, развития инициативы, самостоятельности и творчества в двигательном поведении.

 **Формы занятий:**

* беседы
* игры
* элементы занимательности и состязательности
* викторины
* конкурсы
* праздники
* часы здоровья

 **Алгоритм работы с подвижными играми.**

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

 Программа рассчитана на 34 часа в год , с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 35 минут. 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 процессе свободного общения на занятиях

 Предусмотренные программой занятия проводятся в спортивном зале и на открытом воздухе. Расписание занятий составляется с учетом пожеланий детей и родителей.

Результаты решения поставленных задач определяются в игровой форме с использованием методов анкетирования, тестирования, наблюдения с привлечением классного руководителя.

 **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ занятия** | **Тема занятия** | **Количество часов** | **Дата** |
| план | факт |
| 1-2 | Правила игры и техника безопасности в играх. | 2 | 4.09 11.09 |  |
| 3-4 | Строевые упражнения. | 2 | 18.09 25.09 |  |
| 5-6 | Общеразвивающие упражнения | 2 | 2.10 9.10 |  |
| 7-8 | Игры на закрепление навыков бега. | 2 | 16.10 23.10 |  |
| 9-10 | Игры на закрепление навыков бега. | 2 | 6.11 13.11 |  |
| 11-12 | Игры на закрепление навыков прыжков. | 2 | 20.11 27.11 |  |
| 13-14 | Игры на закрепление навыков метания. | 2 | 4.12 11.12 |  |
| 15-16 | Эстафеты с кубиками. | 2 | 18.12 25.12 |  |
| 17-18 | Эстафеты с набивными мячами. | 2 | 15.01 22.01 |  |
| 19-20 | Эстафеты с обручами. | 2 | 29.01 5.02 |  |
| 21-22 | Эстафеты со скалками и кеглями. | 2 | 12.02 19.02 |  |
| 23-24 | Спортивные викторины. | 2 | 26.02 5.03 |  |
| 25-26 | "Самый ловкий" - спортивная игра | 2 | 12.03 19.03 |  |
| 27-28 | Спортивная игра "Перестрелка" | 2 | 9.04 16.04 |  |
| 29-30 | Спортивные соревнования на точность метания. | 2 | 23.04 30.04 |  |
| 31-32 | Спортивные соревнования с передачей мяча. | 2 | 7.05 14.05 |  |
| 33 | Комбинированные эстафеты | 2 | 21.05 |  |
|  |  |  |  |  |

**Методическое обеспечение**

1.     Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2012.

2.     Коротков И.М. Подвижные игры во дворе. М. : Знание, 1987.

3.     Ладыженская Т.А. и др. Детская риторика в рассказах и рисунках: Учебная тетрадь для первоклассника. В 2-х ч. – М. Издательский дом. С-инфо; Издательство «Баласс», 2006.

4.     Савенков А.И. Методика исследовательского обучения младших школьников. – 2-е изд., исправленное и дополненное. – Самара: Издательство. Учебная литература, 2006.

5.     Саплина Е.В., Саплина А.Н. Введение в историю. 3 класс : Учебник для общеобразовательных учебных заведений. – М. : Дрофа, 1997.

6.       Спортивные игры. / Под редакцией Ю.И. Портных. М. : Ф и С, 1975.