**Пояснительная записка**

Внеурочный курс «Спортивные игры» разработан для 1, 2, 3 классов в МОУ Приозерской начальной школы-сад, реализующая адаптированные образовательные программы в целях поддержания и сохранения здоровья детей, увеличения времени на внеаудиторные занятия, организации подвижной деятельности.

Рабочая программа курса составлена в соответствии с требованиями Федерального компонента Государственного стандарта начального общего образования второго поколения, требованиями САНПиН, закона РФ «Об образовании»; положение об организации внеурочной деятельности приозерской начальной школы-сад, реализующая адаптированные образовательные программы.

Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, игры имеют огромное значение для духовно-нравственного воспитания так, как знакомят с определенными правилами, и учат в жизни следовать определенным правилам. Проведение спортивных игр будет нести в себе дополнительный оздоровительный эффект. Таким образом, программа направлена на укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовленности, духовное совершенствование личности учащегося начальной школы и расширение его коммуникативных навыков.

Подвижная (спортивная) игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений.  Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные (спортивные) 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. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все спортивные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

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

**Задачи:**

- научить детей играть активно и самостоятельно;

- познакомить с играми различной направленности;

- обучить правилам различных подвижных игр и других физических упражнений игровой направленности;

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

- 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.

- 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.

**Результаты изучения курса «Подвижные игры»**

В результате освоения программы курса «Спортивные игры» формируются ***умения***, соответствующие требованиям ФГОС НОО:

***Предметные:***

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

***Личностные:***

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;

- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;

- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные результаты**

***Познавательные:***

- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного курса;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

***Коммуникативные:***

- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;

- задавать вопросы;

- контролировать действия партнера;

- использовать речь для регуляции своего действия.

***Регулятивные:***

- принимать и сохранять учебную задачу;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;

- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;

- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись (фиксацию) в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и иностранном языках;

- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи и задачной области;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

**Место курса « Спортивные игры» в учебном плане**

Курс изучения программы рассчитан на учащихся 1-3 классов. Возраст от 7 до 10 лет. Программа рассчитана на 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю. 1 класс – 33 часа в год, 2 класс-35 часов, 3 класс-34 часа, продолжительность занятия 40 минут. Содержание занятия отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию.

**Календарно - тематическое планирование для 1 класса**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **ч** | **Домашнее задание** | **Дата по плану** | **Дата по факту** |
| **Командные игры** | | | | | |
| 1 | Беседа по ТБ "Правила поведения во время спортивных игр". Игры: «Найди своё место», «Гуси - гуси». | 1 | Не задано | 6.09 |  |
| 2 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». | 1 | Не задано | 13.09 |  |
| 3 | Комплекс ОРУ в движении. Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору». | 1 | Не задано | 20.09 |  |
| 4 | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски». | 1 | Не задано | 27.09 |  |
| 5 | Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы» | 1 | Не задано | 4.10 |  |
| 6 | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи». | 1 | Не задано | 11.10 |  |
| 7 | Комплекс ОРУ с мячом. Игра «Мяч по полу». Игра «Передача мяча» | 1 | Не задано | 18.10 |  |
| 8 | Комплекс ОРУ с мячом. Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели». | 1 | Не задано | 25.10 |  |
| **Игры на внимание** | | | | | |
| 9 | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей». | 1 | Не задано | 8.11 |  |
| 10 | Комплекс ОРУ с мячом. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель». | 1 | Не задано | 15.11 |  |
| 11 | Комплекс ОРУ с мячом. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» | 1 | Не задано | 22.11 |  |
| 12 | Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля». | 1 | Не задано | 29.11 |  |
| 13 | Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало». | 1 | Не задано | 6.12 |  |
| 14 | Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли». | 1 | Не задано | 13.12 |  |
| 15 | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». | 1 | Не задано | 20.12 |  |
| 16 | Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». | 1 | Не задано | 27.12 |  |
| 17 | Комплекс ОРУ. Игра «Гуси - лебеди». | 1 | Не задано | 10.01 |  |
| 18 | Комплекс ОРУ. Игра «Мяч из круга». | 1 | Не задано | 17.01 |  |
| 19 | Комплекс ОРУ. Игра «Гонка с шайбами». | 1 | Не задано | 24.01 |  |
| **Оздоровительные игры** | | | | | |
| 20 | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». | 1 | Не задано | 31.01 |  |
| 21 | Комплекс ОРУ в движении. Игра «Красный, зелёный». | 1 | Не задано | 7.02 |  |
| 22 | Комплекс упражнений с мешочками.. Игра «Поезд». | 1 | Не задано | 21.02 |  |
| 23 | Комплекс ОРУ в движении. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». | 1 | Не задано | 28.02 |  |
| 24 | Комплекс ОРУ в движении. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг». | 1 | Не задано | 7.03 |  |
| **Эстафеты** | | | | | |
| 25 | Комплекс ОРУ с мячом. Круговая эстафета | 1 | Не задано | 14.03 |  |
| 26 | Комплекс ОРУ в движении. Встречные эстафеты. | 1 | Не задано | 21.03 |  |
| 27 | Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками) | 1 | Не задано | 4.04 |  |
| 28 | Эстафеты на развитие статического и динамического равновесия. | 1 | Не задано | 11.04 |  |
| **Народные игры** | | | | | |
| 29 | Комплекс ОРУ с предметами Разучивание народных игр. Игра «Гори, гори ясно!» | 1 | Не задано | 18.04 |  |
| 30 | Комплекс ОРУ с предметами Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота» | 1 | Не задано | 25.04 |  |
| 31 | Комплекс ОРУ с предметами Разучивание народных игр. Игра"Салки» | 1 | Не задано | 2.05 |  |
| 32 | Комплекс ОРУ с предметами Разучивание народных игр. Игра «Пятнашки» | 1 | Не задано | 16.05 |  |
| 33 | Комплекс ОРУ с предметами Разучивание народных игр. Игра «Сокол и лиса» | 1 | Не задано | 23.05 |  |
| 34 | Комплекс ОРУ. Игры по интересам. | 1 | Не задано | 30.05 |  |

**Календарно-тематическое планирование для 2 класса**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **ч** | **Домашнее задание** | **Дата по плану** | **Дата по факту** |
| **Командные игры** | | | | | |
| 1 | Беседа по ТБ "Правила поведения во время спортивных игр". Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». | 1 | Не задано | 1.09 |  |
| 2 | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров», Игра «Пустое место». | 1 | Не задано | 8.09 |  |
| 3 | Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо» | 1 | Не задано | 15.09 |  |
| 4 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики». | 1 | Не задано | 22.09 |  |
| 5 | Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки». | 1 | Не задано | 29.09 |  |
| 6 | Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше» | 1 | Не задано | 6.10 |  |
| 7 | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом». | 1 | Не задано | 13.10 |  |
| 8 | Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом» | 1 | Не задано | 20.10 |  |
| **Игры на внимание** | | | | | |
| 9 | Комплекс ОРУ со скакалкой. «Лучики». Игра «Выше ножки от земли». | 1 | Не задано | 27.10 |  |
| 10 | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Передал – садись». Игра «Свечи». | 1 | Не задано | 10.11 |  |
| 11 | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Передача мяча. Метание мяча в цель | 1 | Не задано | 17.11 |  |
| 12 | Комплекс ОРУ. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч» | 1 | Не задано | 24.11 |  |
| 13 | Комплекс ОРУ. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». | 1 | Не задано | 1.12 |  |
| 14 | Комплекс ОРУ с предметами. Броски и ловля мяча. Весёлые старты. | 1 | Не задано | 8.12 |  |
| **Зимние забавы** | | | | | |
| 15 | Комплекс ОРУ. Игра «Лепим сказочных героев». | 1 | Не задано | 15.12 |  |
| 16 | Комплекс ОРУ. Игра «На одной лыже». | 1 | Не задано | 22.12 |  |
| 17 | Комплекс ОРУ. Игра «Езда на перекладных» | 1 | Не задано | 12.01 |  |
| 18 | Комплекс ОРУ. Игра «Лепим снежную бабу». | 1 | Не задано | 19.01 |  |
| 19 | Комплекс ОРУ. «Бег по кочкам», «Бег сороконожек». «Чемпионы скакалки», «Вьюны» | 1 | Не задано | 26.01 |  |
| **Оздоровительные игры** | | | | | |
| 20 | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд», «Стрекозы», «На новое место» | 1 | Не задано | 2.02 |  |
| 21 | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игры «Змейка» «Карлики и великаны». | 1 | Не задано | 9.02 |  |
| 22 | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». | 1 | Не задано | 16.02 |  |
| 23 | Комплекс упражнений с мешочками. Игры «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки» | 1 | Не задано | 2.03 |  |
| 24 | Комплекс ОРУ. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». | 1 | Не задано | 9.03 |  |
| 25 | Комплекс ОРУ. Игра «Что изменилось?» «Пустое место» | 1 | Не задано | 16.03 |  |
| **Народные игры** | | | | | |
| 26 | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Разучивание народных игр. Игра «Бегунок» | 1 | Не задано | 23.03 |  |
| 27 | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» | 1 | Не задано | 6.04 |  |
| 28 | Комплекс ОРУ. Разучивание народных игр. Игра «Котел» | 1 | Не задано | 13.04 |  |
| 29 | Комплекс ОРУ. Разучивание народных игр «Подними платок» | 1 | Не задано | 20.04 |  |
| 30 | Комплекс ОРУ. Разучивание народных игр. Игра «Салки» | 1 | Не задано | 27.04 |  |
| **Игры по желанию** | | | | | |
| 31 | Комплекс ОРУ. Игры по желанию. | 1 | Не задано | 4.05 |  |
| 32 | Комплекс ОРУ. Игры по желанию. | 1 | Не задано | 11.05 |  |
| 33 | Комплекс ОРУ. Игры по желанию. | 1 | Не задано | 18.05 |  |
| 34 | Комплекс ОРУ. Игры по желанию. | 1 | Не задано | 25.05 |  |

**Календарно-тематическое планирование для 3 класса**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **ч** | **Домашнее задание** | **Дата по плану** | **Дата по факту** |
| **Командные игры** | | | | | |
| 1 | Беседа по ТБ "Правила поведения во время спортивных игр". Игра «Бревно». | 1 | Не задано | 6.09 |  |
| 2 | Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек». | 1 | Не задано | 13.09 |  |
| 3 | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Бревно» | 1 | Не задано | 20.09 |  |
| 4 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». | 1 | Не задано | 27.09 |  |
| 5 | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки». | 1 | Не задано | 4.10 |  |
| 6 | Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Охотники». Игра «Отгадай, кто бросил». | 1 | Не задано | 11.10 |  |
| 7 | Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». | 1 | Не задано | 18.10 |  |
| 8 | Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники и утки». | 1 | Не задано | 25.10 |  |
| **Игры на внимание** | | | | | |
| 9 | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Отгадай, кто бросил». Игра «Защищай ворота». | 1 | Не задано | 8.11 |  |
| 10 | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». | 1 | Не задано | 15.11 |  |
| 11 | Комплекс ОРУ. Разучивание считалок. Игра «Ловушка». Игра «Капканы». | 1 | Не задано | 22.11 |  |
| 12 | Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде». | 1 | Не задано | 29.11 |  |
| 13 | Комплекс ОРУ с гимнастическими палками. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «Ловушка». Игра «Капканы». | 1 | Не задано | 6.12 |  |
| 14 | Комплекс ОРУ с гимнастическими палками. Игра «Карусели». Игра «Тропка». | 1 | Не задано | 13.12 |  |
| 15 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Точный телеграф». | 1 | Не задано | 20.12 |  |
| 16 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». | 1 | Не задано | 27.12 |  |
| 17 | Комплекс ОРУ с мешочками. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». | 1 | Не задано | 10.01 |  |
| 18 | Комплекс ОРУ с мешочками. Игра «Невидимки». Игра «Кто точнее». | 1 | Не задано | 17.01 |  |
| 19 | Комплекс ОРУ на месте с мешочками. Игра «Садовник». Игра «Кто точнее». | 1 | Не задано | 24.01 |  |
| **Эстафеты** | | | | | |
| 20 | Комплекс ОРУ. Эстафеты с предметами (мячами, обручами…) Игры "Два мороза", "Салки" | 1 | Не задано | 31.01 |  |
| 21 | Комплекс ОРУ с мячами. Игры "Ловкие ребята", "Мяч капитану", "Караси и щуки", эстафеты | 1 | Не задано | 7.02 |  |
| 22 | Комплекс ОРУ. Эстафеты «Ходьба с доставанием предмета, эстафета парами. | 1 | Не задано | 14.02 |  |
| 23 | Комплекс ОРУ с малыми мячами. Эстафета с лазанием и перелезанием. | 1 | Не задано | 21.02 |  |
| 24 | Комплекс ОРУ. Эстафета линейная с прыжками, с бегом. Игра «Веревочка под ногами». | 1 | Не задано | 28.02 |  |
| 25 | Комплекс ОРУ с предметами. Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи). | 1 | Не задано | 7.03 |  |
| 26 | Комплекс ОРУ с предметами. Эстафеты с предметами. | 1 | Не задано | 14.03 |  |
| 27 | Комплекс ОРУ с предметами. Эстафеты с предметами. | 1 | Не задано | 21.03 |  |
| **Народные игры** | | | | | |
| 28 | Комплекс ОРУ в движении. Разучивание народных игр. Игры "Бревно", "Бабки". | 1 | Не задано | 4.04 |  |
| 29 | Комплекс ОРУ в движении. Разучивание народных игр. Игра "Салки" | 1 | Не задано | 11.04 |  |
| 30 | Комплекс ОРУ в движении. Разучивание народных игр. Игра "Салки". | 1 | Не задано | 18.04 |  |
| 31 | Комплекс ОРУ в колонне. Разучивание народных игр. Игра " Наседка и коршун". | 1 | Не задано | 25.04 |  |
| **Игры по желанию** | | | | | |
| 32 | Комплекс ОРУ. Игры по желанию. | 1 | Не задано | 2.05 |  |
| 33 | Комплекс ОРУ. Игры по желанию. | 1 | Не задано | 16.05 |  |
| 34 | Комплекс ОРУ. Игры по желанию. | 1 | Не задано | 23.05 |  |
| 35 | Комплекс ОРУ. Игры по желанию. | 1 | Не задано | 30.05 |  |

**Литература**

1. «Справочник учителя физической культуры», П.А.Киселев, С.Б.Киселева; - Волгоград: «Учитель»,2008.
2. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы», Н.И.Дереклеева; Москва: «ВАКО»,2007.
3. «Подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2007.
4. «Зимние подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2009.
5. «Дружить со спортом и игрой», Г.П.Попова; Волгоград: «Учитель»,2008.
6. «Физкультура в начальной школе», Г.П.Болонов; Москва: «ТЦ Сфера»,2005.
7. Жуков М.Н. «Подвижные игры»: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с