**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа  составлена  в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе программы

Рабочая программа составлена на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов», В.И.Лях, А.А.Зданевич, Москва, Просвещение, 2014 г.,

 Срок реализации программы – 1 года. Уровень обучения – базовый. Программа ориентирована на учащихся 7-8 лет. Занятия проходят во внеурочное время один раз в неделю.

Данная рабочая программа определена федеральным государственным стандартом начального общего образования. Отличительными особенностями являются:

1.Определение видов    организации деятельности учащихся, направленных  на достижение  личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного курса.

2. В основу реализации программы положены  ценностные ориентиры и  воспитательные результаты.

3.Ценностные ориентации организации деятельности  предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.

4.Достижения планируемых результатов отслеживаются  в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией, психологом

5. При планировании содержания занятий  прописаны виды  деятельности учащихся по каждой теме.

***Цель программы:*** создание условий для развития к народным играм через включения детей в совместную деятельность.

***Задачи:***

* способствовать расширению кругозора учащихся;
* содействовать взаимодействию взаимопониманий;
* развивать умения ориентироваться в пространстве;
* развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
* создавать условия для проявления чувства коллективизма;
* развивать активность и самостоятельность;
* активизировать двигательную деятельность детей.

**Описание ценностных ориентиров содержания курса**

Народная игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные 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.

Народные 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; ее культуре и наследию.

По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям

**Игра как средство воспитания**.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки

Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

**Игра в жизни ребенка.**

Игры предшествуют трудовую деятельность ребенка. Он начинает играть до того, как научится выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая двигательная деятельность не является врожденной способностью, свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребенка условнорефлекторным путем, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребенка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

**Оздоровительное значение подвижных игр.**

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

**Содержание курса**

Применение русских народных игр в учебном процессе младших школьников требует их специального отбора для решения разных педагогических задач. Для этого создаются рабочие группировки игр, сходных по определенным признакам:

1. По видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добра против зла).

2. По интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности).

3. По типу двигательного действия, преимущественно входящего в игры (с бегом, с прыжками в высоту, в длину с места и с разбега, с метанием в подвижную и неподвижную цель, с бросками и ловлей мяча и т.д.).

4. По содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные).

5. С учетом возрастных особенностей детей 8, 9 лет. Этот же признак использован в программе по физической культуре для 2-х классов с включением в нее русских народных игр.

6. По способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные).

7. По физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости).

Основная функция занятий - воспитание национального самосознания. Народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностыо и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности.

Продолжительность занятий строится в начальной школе из расчёта 36 часа (по одному часу в неделю).

Группировка подвижных игр.

* С элементами общеразвивающих упражнений.
* С бегом на ловкость.
* С бегом на скорость.
* С прыжками на месте и с места.
* С прыжками в высоту.
* С прыжками длину с разбега.
* С метанием на дальность.
* С лазанием и перелазанием.
* Игры подготовительные к волейболу.
* Игры подготовительные к баскетболу.
* Игры на местности.

**Ожидаемые результаты:**

  В основу изучения кружка  положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. Воспитательные результаты внеурочной деятельности   оцениваются  по трём уровням.

***Первый уровень результатов ( 1 год )****—*приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями  как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

К концу обучения учащиеся получат возможность:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Личностные** | **Метапредметные** | **Предметные** |
| **Знать** | – о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;- правила поведения на занятиях, раздевалке, в игровом творческом процессе.- правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам,  к победе, поражению. | - знать о ценностном отношении к спорту как к  культурному наследию народа.- иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми  в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. | * необходимые сведения о видах изученных игр, правилах игр,
 |
| **Уметь** | -  анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.-соблюдать правила игры и дисциплину;- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).-  выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой  и игровой деятельности. | - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей          -   адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности- формулировать собственное мнение и позицию | * работать в группе, в коллективе.
 |
| **Применять** | - быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия ;-подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки. | - полученные сведения о многообразии народных игр. | * Самостоятельно организовывать подвижные игры  с учащимися.

-иметь первоначальный  опыт самореализации в различных видах игровой  деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в  игре и использовать накопленные знания. |

**Группировка игр по преимущественному проявлению у учащихся физических качеств.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Игры, в которых преимущественно проявляются | Характеристика игровых действий | Игры |
| Ловкость | Игры, побуждающие немедленно переходить от одних действий к другим; не задерживаясь, сочетать свои действия с действиями других занимающихся (по внезапным заданиям, сигналам). Игры, требующие умения сосредоточить внимание одновременно на нескольких действиях (бег, прыжки, игры с увертыванием) | “Салки”“Ловкая подача”“Ловкие и меткие” |
| Быстрота | Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, тактильные, звуковые сигналы, игры, с короткими перебежками типа догоняй-убегай. Игры с преодолением расстояний в кротчайший срок. Игры с бегом на скорость в изменяющихся условиях. | “Сокол и утки”“День и ночь”Эстафета на полосе препятствий |
| Сила | Игры с кратковременными мышечными напряжениями динамического и статического характера | “Сильный бросок”“Петушинный бой”“Перетягивание через черту” |
| Выносливость | Игры с неоднократными повторениями активных, энергично выполняемых действий, связанных с непрерывными интенсивными движениями, чередуются с короткими паузами для отдыха, переходами от одних видов движений к другим | “Бег командами”“Не давай мяча водящему”“Перетягивание каната” |

Формы подведения итогов занятий младших школьников в кружке «Русских народных игр»:

 Организация праздника «Русских народных игр»:

На занятиях:

* Развиваем силу. (Сила - это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий).
* Развиваем быстроту и скоростно-силовые способности. (Под быстротой понимают возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени).
* Развиваем выносливость. (Под выносливостью понимают, способность к длительному выполнению какой - либо работы без заметного снижения работоспособности).
* Развиваем координационные способности. (Это возможность оптимально управлять сложными двигательными действиями и регулировать их).
* Развиваем гибкость. (Гибкость- способность человека выполнять движения с большой амплитудой).
* Все физические качества, умение, и навыки учащиеся показывают в туристических походах.

     Результативность работы помогут оценить и результаты анкетирования самих участников кружка «Народные игры», их родителей, а также зрителей.

**1 год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование темы | Количество часов |
| всего | теория | Практика |
| 1 | Игры с бегом | 6 часов | 1час | 5 часов |
| 2 | Игры с мячом | 4 часов |   | 4 часов |
| 3 | Игры с прыжками | 3 часа |   | 3 часа |
| 4 | Зимние игры | 8 часов | 1 час | 7 часов |
| 5 | Игры с короткой скакалкой | 3 часа |   | 3 часа |
| 6 | Игры – аттракционы | 3 часа |   | 3 часа |
| 7 | Народные игры | 8 часов | 1час | 7часов |
| 8 | Итоговое занятие | 1 час |   | 1 час |
| Итого: | 36 часа | 3 часа | 33 часа |

**Календарно-тематическое планирование.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Дата проведения  | Наименование разделов и тем. | Кол-во часов |
| 1 |  | Водное занятие. Знакомство игр с бегом. Понятие о пульсе, найти пульс. | 1 |
| 2 |  | Игры с бегом “Птицелов”. | 1 |
| 3 |  | Игры с бегом “Кенгуру”. | 1 |
| 4 |  | Игры с бегом “Воробушки и кот”. | 1 |
| 5 |  | Игры с бегом “Коршун и наседка”. | 1 |
| 6 |  | Игры с бегом “Пятнашки”. | 1 |
| 7 |  | Игры с мячом “Метко в цель”. | 1 |
| 8 |  | Игры с мячом “Отгадай кто бросил”. | 1 |
| 9 |  | Игры с мячом “Мяч по кругу”. | 1 |
| 10 |  | Игры с мячом “Выгони мяч”. | 1 |
| 11 |  | Игры с прыжками “Заяц без дома”. | 1 |
| 12 |  | Игры с прыжками “Попрыгунчики”, “Второй лишний”. | 1 |
| 13 |  | Игры с прыжками “Лягушата и цыплята”. | 1 |
| 14 |  | Водное занятие. Знакомство с зимними играми. | 1 |
| 15 |  | Зимние игры “Два мороза” | 1 |
| 16 |  | Зимние игры “Снежный город” | 1 |
| 17 |  | Зимние игры “Палка – снег” | 1 |
| 18 |  | Зимние игры “Бобслей на снегу” | 1 |
| 19 |  | Зимние игры “Футбол на снегу”. | 1 |
| 20 |  | Игра “Все по местам”. | 1 |
| 21 |  | Игра “С горки на санках”. | 1 |
| 22 |  | Игры с короткой скакалкой. Эстафеты. | 1 |
| 23 |  | Игры с короткой скакалкой “Забегалы”. | 1 |
| 24 |  | Игры с короткой скакалкой “Люлька”. | 1 |
| 25 |  | Игры-аттракционы“Неуловимый шнур”. | 1 |
| 26 |  | Игры – аттракционы “Вернись в круг”. | 1 |
| 27 |  | Игры – аттракционы “Точный укол”. | 1 |
| 28 |  | Знакомство с традициями и обычаями народных игр. Значение народных игр на свежем воздухе. | 1 |
| 29 |  | Ознакомление с русской народной игрой “Русская лапта”. | 1 |
| 30 |  | Старинные народные игры “Гуси- лебеди”. | 1 |
| 31 |  | Ознакомление с русской народной игрой “Крокет”. | 1 |
| 32 |  | Старинные народные игры “Петушинный бой”. | 1 |
| 33 |  | Старинные русские игры “Быстро шагай”. | 1 |
| 34 |  | Игры с прыжками “Зайцы и морковь”, “Пустое место”. | 1 |
| 35 |  | Игры с мячом “Метко в цель” | 1 |
| 36 |  | Итоговое занятие | 1 |

**Знания и умения**

**К концу года обучения дети должны знать:**

* значение “Народная игра как один из способов укрепления организма;
* традиции и обычаи в зависимости от времени года.

К концу года обучения дети должны уметь:

* соблюдать правила поведения и безопасности игр в спортивном зале и на спортивной площадке;
* соблюдать значение утренней гигиенической гимнастики;
* соблюдать гигиенические правила при проведении игр.

**Используемая литература.**

1. Аникеев Н. Воспитание игрой. – Москва, 2005
2. Газман О.С., Н.Е.Харитонова “В школу с игрой” Москва Просвещение 2008 год
3. Качашкин В.М. “Методика физического воспитания” “Просвещение” 2001год
4. Кузнецова И.В. “Школа здоровья” Москва, 2003
5. Минскин Е.М. “Игры и развлечения в группе продленного дня” Москва “Просвещение” 2002 год
6. Найминова “ Физкультура” Ростов-на-Дону “Феникс” 2009 год
7. Тубельская Т. “Детские праздники в семье” Москва, Сфера, 2010