Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Тацинская средняя общеобразовательная школа №3

|  |
| --- |
| « Утверждаю»Директор МБОУ ТСОШ №3Приказ от 31.08.2018 г. № 105\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Мирнов В.Н. |

|  |
| --- |
|  |

Спортивно – оздоровительное направление

в системе образования начальной школы

Программа внеурочных занятий

***«Подвижные казачьи игры»***

в 1 классе

Количество часов: 1час в неделю, 32 часа за год

Учитель: Кушнарева Ирина Анатольевна

Ст. Тацинская

2018- 2019 учебный год.

**Планируемые результаты изучения внеурочной деятельности «Подвижные казачьи игры» 1 класс.**

**Актуальность.**Программа «Казачьи игры» имеет оздоровительную значимость и даёт возможность изучить обычаи казачества, влияет на формирование важных качеств личности. Казачьи игры вызывают положительные эмоции. В казачьих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакций. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств.

***Личностными результатами*** изучения курса является формирование следующих умений:

* выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости);
* осуществлять индивидуальные и групповые действия в  подвижных  играх;
* использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;
* активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий  подвижными   играми;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
* управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* объяснять в доступной форме правила (технику) выполнения  подвижных  игр , двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
* оказывать первую доврачебную помощь;
* анализировать технику своего бега и определять ошибки;
* подбирать и проводить спортивные и подвижные игры;
* владеть терминологией по изучению спортивных и подвижных игр.

***Метапредметными результатами*** изучения курса являются формирование следующих универсальных учебных действий:

*Регулятивные УУД*:

* определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.
* проговаривать последовательность действий .
* учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с

 иллюстрацией.

* учиться работать по предложенному учителем плану.
* учиться отличать верно выполненное задание от неверного.
* учиться совместно с учителем и другими обучающимися давать

 эмоциональную оценку деятельности товарищей.

*Познавательные УУД:*

* добывать новые знания:находить ответы на вопросы, используя справочные источники, свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя.
* перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
* преобразовывать информацию из одной формы в другую;

*Коммуникативные УУД*:

* Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
* Слушать и понимать речь других.
* Совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им.
* Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

***Предметными результатами*** изучения курса являются формирование следующих умений:

- повысить уровень своей физической подготовленности;

- приобрести навыки и умения по изучаемым разделам программы;

- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранных казачьих и обрядовых подвижных игр;

- уметь использовать их в условиях соревновательной деятельности и казачьих праздников;

- уметь играть в обрядовые и подвижные игры донского казачества;

- бережно относиться к своей малой родине, к прошлому и настоящему, к памятникам культуры и искусства;

- чтить традиции казачества, жить по заповедям казаков;

- быть наблюдательными, активными, прилежными в учебном труде, добросовестными, трудолюбивыми, отзывчивыми.

**Требования к учащимся:**

- соблюдать технику безопасности при проведении занятий;

- строго соблюдать и выполнять правила игр;

- не допускать конфликтных ситуаций во время игр;

- участвовать в казачьих спортивных праздниках, конкурсах, эстафетах, соревнованиях.

**Содержание внеурочной деятельности.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Разделы** | **Кол-во часов** |
| 1 | Введение. Знакомство с  кружком  и его  программой Понятие « Подвижные   казачьи игрыигры ». История возникновения  подвижных   игр. Правила игр и техника безопасности в играх. | 1 |
| 2 | История возникновения национальных игр народов Дона.  Техника безопасности на занятиях и соревнованиях. | 1 |
| 3 | Подвижные   игры  без применения спортивных снарядов. | 9 |
| 4 | Подвижные игры народов.Правила игр и техника безопасности в играх. | 10 |
| 5 | Подвижные   игры  с применением спортивных снарядов. | 9 |
| 6 | Самостоятельный поиск игр детьми. Тестирование. | 1 |
| 7 | Соревнования | 2 |
|  | Итого | 33 |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема** |  |
| **Кол-во часов** | **Форма организации деятельности** | **Дата** |
|  | **1 четверть (9 часов).** |
| **1/I** | **Введение. Знакомство с  кружком  и его  программой Понятие « Подвижные   казачьи игрыигры ». История возникновения  подвижных   игр. Правила игр и техника безопасности в играх.** | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. | 03.09 |
| **2/II** | **История возникновения национальных игр народов.  Техника безопасности на занятиях и соревнованиях.** | 1 | Беседа «Возникновение подвижных игр»  | 10.09 |
| **III** | **Подвижные   игры  без применения спортивных снарядов.** |  |  |  |
| 3/1. | Подвижные   игры. Совушка. Волки во рву. | 1 | Игра малой подвижности. | 17.09 |
| 4/2. | Салки. Совушка. | 1 | Игровое упражнение | 24.09 |
| 5/3. | Игра «Кто скорее соберется», «Лягушки и цапля». | 1 | Игровое упражнение | 01.10 |
| 6/4. | Правила игр и техника безопасности в играх. Горелки. Чехарда. | 1 | Игровое упражнение | 08.10 |
| 7/5. | Гуси – лебеди. Перемена мест. Шишки, желуди, орехи. | 1 | Игра малой подвижности | 15.10 |
| 8/6. | Техника безопасности на занятиях. Два мороза. Кто дальше? | 1 | Игра малой подвижности | 22.10 |
| 9/7. | Прыжки по полоскам. Лиса и куры. Зайцы, сторож и Жучка. |  **1** | Игровое упражнение | 29.10 |
|  | **2 четверть ( 7 часов)** |   |  |  |
| 10/8. | Веселая змейка.  День ночь. Мышеловка | 1 | Игровое упражнение | 12.11 |
| 11/9. | «Карлики и великаны», «Запрещенные движения». | 1 | Игра малой подвижности | 19.11 |
| **IV** | **Подвижные игры народов.Правила игр и техника безопасности в играх.** |  |  |  |
| 12/1. | Горелочки. Пятнашки. | 1 | Подвижная игра средней интенсивности | 26.11 |
| 13/2. | Кто первый? Иголка, нитка и узелок. | 1 | Подвижная игра средней интенсивности | 03.12 |
| 14/3. | Заря. Ляпка. | 1 | Игра малой подвижности |  10.12 |
| 15/4. | Снежинки, ветер и мороз. Казачья игра «Лошадки» | 1 | Игра малой подвижности | 17.12 |
| 16/5. | Игра «Казачата». Отобрать палочку. Перетягивание каната. | 1 | Игра малой подвижности | 24.12 |
| **3 четверть (9 часов).** |
| 17/6. | Всадники. Казачья игра «Надень папаху». | 1 | Беседа: «Основы строения и функций организма» | 14.01 |
| 18/7. | Салки. Шушукали. | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. | 21.01 |
| 19/8. | Весёлые эстафеты. | 1 | Игра средней интенсивности | 28.01 |
| 20/9. | Потиг.Конники. | 1 |  Эстафета | 04.02 |
| 21/10. | игра-поиск -Атаманов клад. | 1 | Эстафета | 11.02 |
| **V** | **Подвижные   игры  с применением спортивных снарядов.** |  |  |  |
| 22/1. | Игра «С мячом под дугой», Попрыгунчики – воробушки. | 1 | Эстафета | 25.02 |
| 23/2. | Эстафеты. Игра «Кто быстрее перенесет кегли» | 1 | Эстафета | 04.03 |
| 24/3. | Игры со скакалками. «Кто быстрее?», «Кто дальше?», «Кто умеет?» | 1 | Игра малой подвижности | 11.03 |
| 25/4. | Техника безопасности на занятиях. Мяч соседу. Через кочки и пенечки. | 1 | Игра малой подвижности | 18.03 |
| **4 четверть (7 часов).** |
| 26/5. | Правила игр и техника безопасности в играх. На санках с пересадкой. Снежные круги. Веселые поезда. | 1 | Игра малой подвижности | 08.04 |
| 27/6. | Метко в цель. Перетягивание каната. Отобрать палочку. | 1 | Игровое упражнение | 15.04 |
| 28/7. | Выбивной. Беги и собирай. | 1 | Игровое упражнение | 22.04 |
| 29/8. | Мяч – соседу. Через кочки и пенёчки. | 1 | Игровое упражнение | 29.04 |
| 30/9. | Удочка. Не давай мяча водящему. | 1 | Эстафета | 06.05 |
| **31/VI** | **Самостоятельный поиск игр детьми. Тестирование.** | 1 | Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». | 13.05 |
| **VII** | **Соревнования** |  |  |  |
| 32/1. | Техника безопасности на соревнованиях. Спартакиада | 1 | Эстафета с мячом. | 20.05 |
|  | Техника безопасности на соревнованиях. Игра «Зарница» | 1 | Игра малой подвижности |   |

 СОГЛАСОВАНО СОГЛАСОВАНО

 Протокол заседания Протокол заседания

 ШМО учителей методического совета

 начальных классов от 30.08.2018 года №1

 МБОУ ТСОШ №3 Зам. директора по УВР

 от 27.08.2018 года №1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.Ю.Сизова

 Руководитель ШМО

 \_\_\_\_\_\_\_Г.А. Войнова