**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство общего и профессионального образования**

**Ростовской области**

**Отдел образования Администрации Боковского района**

**МБОУ "Горбатовская ООШ " Боковского района "**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании педагогического совета  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Протокол №1  от «07» 08 2023 г. | СОГЛАСОВАНО  Замдиректора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Ситникова Татьяна Ивановна  от «07» 08 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  директор школы  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Емельянова Марина Евгеньевна  Приказ №27  от «07» 08 2023 г. |

**Рабочая программа**

**по внеурочной деятельности**

**1,3 классы**

**Название: «Казачья удаль»**

**Направления: спортивное**

**Учитель: Алимов В.Н.**

**хутор Горбатов**

**2023**

**Пояснительная записка**

     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 детей, 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 детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

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

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 и/или продолжают 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 обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

**Содержание программы**

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

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

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их  шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. Во внеурочное занятие «Игры казаков» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, 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.

Ценностными ориентирами содержания  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 ходе свободного общения на занятиях.

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 обучающихся 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;

                         Методические рекомендации

1. Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.
2. Игры-поиски. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.
3. Игры с быстрым нахождением своего места. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

цели изучения по каждому разделу

 «Подвижные игры»

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

 «Эстафеты»

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

Личностными результатами

являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или  плохие;

выражать  свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами

 является формирование универсальных учебных действий (УУД).

* Регулятивные УУД:
* определять и формировать цель  деятельности с помощью учителя;
* проговаривать последовательность действий во время занятия;
* учиться работать по определенному алгоритму
* Познавательные УУД:
* умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
* Коммуникативные УУД:
* планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
* постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
* разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
* управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
* умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
* сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

**Формы занятий:**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Режим занятий:

В 1, 3 классах начальной школы занятия продолжительностью 40 минут проводятся 1 раз в неделю. В 1 классе 33 часа в год, в 3 классе 34 часа.

**Планируемый результат:**

-у детей 1, 3 классов начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;

- сформировано начальное представление о культуре движении;

- младший обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения        работоспособности, организации отдыха и укрепления  здоровья;

-обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;

- умение работать в коллективе.

Материально-техническое обеспечение

Начальное образование существенно отличается от всех последующих

этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших обучающихся в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

          Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших обучающихся; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

**Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Дата | Тема занятия |
| 1 | 05.09 | Обучение правилам игр и игровых заданий. Инструктаж по технике безопасности. Игры: «Салки». |
| 2 | 12.09 | Элементы строя, строй, подача строевых команд. Общеразвивающие упр. |
| 3 | 19.09 | Повороты налево, направо, кругом. Общеразвивающие упр. |
| 4 | 26.09 | Совершенствование поворотов  направо, налево кругом. Общеразвивающие упр. |
| 5 | 03.10 | Приветствие и ответ на приветствие на месте. Общеразвивающие упр. |
| 6 | 10.10 | Совершенствование строевых навыков. Общеразвивающие упр. |
| 7 | 17.10 | Совершенствование строевых навыков. Общеразвивающие упр. Движение строевым шагом. |
| 8 | 24.10 | Эстафеты: перетягивание  каната, бег с мячами, метание в цель. |
| 9 | 07.11 | Техника безопасности при занятиях. Общеразвивающие упражнения. Игры: «Метко в цель». |
| 10 | 14.11 | Общеразвивающие упр. Игры: «Ловишки в кругу». |
| 11 | 21.11 | Общеразвивающие упр. Игры:  «Заря». |
| 12 | 28.11 | Меры безопасности  на занятиях.  Эстафеты казачьей спартакиады . |
| 13 | 05.12 | Общеразвивающие упр. Бег на короткие дистанции. Игры: «Перебежки». |
| 14 | 12.12 | Общеразвивающие упражнения. Игры: «Салки». |
| 15 | 19.12 | Общеразвивающие упр. Игра: «Пятнашки». |
| 16 | 26.12 | Общеразвивающие упр. Игра: «Гонка мячей». |
| 17 | 09.01 | Казачьи парные забавы: «Вытолкнуть из круга»,  «Перетягивание каната». |
| 18 | 16.01 | Казачья спартакиада: «Перенос мяча»,  «Передал – садись» . |
| 19 | 23.01 | Общеразвивающие упр.  Эстафеты:  «С волейбольным мячом»,  «Бег со скакалкой»,  «С баскетбольным мячом», |
| 20 | 30.01 | Общеразвивающие упр. Игры: «Стенка на стенку». |
| 21 | 06.02 | Общеразвивающие упр.  Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Игра  «Метко в цель». |
| 22 | 13.02 | Общеразвивающие упр.  Игры: «Круговые пятнашки». |
| 23 | 20.02 | Общеразвивающие упр.    Казачья спартакиада: «Перенос мяча»,  «Передал – садись». |
| 24 | 27.02 | Общеразвивающие упр.  Эстафеты:  «С волейбольным мячом»,  «Бег со скакалкой»,  «С баскетбольным мячом», |
| 25 | 05.03 | Общеразвивающие упр. Лазание по гимнастической скамейке. |
| 26 | 12.03 | Упражнения в  зале. Игры: «Борьба за мяч», «Бой петухов». |
| 27 | 19.03 | Общеразвивающие упр.  Эстафеты:   «С волейбольным мячом»,  « Бег со скакалкой»,  « С баскетбольным мячом». |
| 28 | 02.04 | Общеразвивающие упр.  ««Передал – садись», «Салки». |
| 29 | 09.04 | Светлый праздник  Пасха. «Перетягивание каната», «Прыжки в мешках». Игры: «Городки». |
| 30 | 16.04 | Общеразвивающие упр.  Эстафеты:  «С волейбольным мячом»,  « Бег со скакалкой»,  «С баскетбольным мячом» |
| 31 | 23.04 | Общеразвивающие упр. Эстафеты. |
| 32 | 07.05 | Общеразвивающие упр.  Эстафеты. |
| 33 | 14.05 | Казачьи парные забавы:   «Вытолкнуть из круга», «Забавы с фишками», «Перетягивание каната», |
| 34 | 21.05 | Подведение итогов: казачьей спартакиады, соревнований, конкурсов, закрепление строевой подготовки, обрядовых и подвижных игр. |

|  |
| --- |
|  |

Список используемой учебно-методической литературы.

1. Познай себя. А.Ф.Синяков, Москва «Советский спорт».

2. Подвижные игры. Геллер Е.М. Коротков И.М, Москва ФК и Спорт.

3. Подвижные игры. Л.В. Былеева, И.М. Коротков Москва ФК и Спорт.

4.  В.И.Ковалько. «Школа физкультминуток» Москва «Вако» 2007г.

5. Н.И.Дереклеева. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» Москва «Вако» 2007г.

6. С.А.Исаева.  «Организация переменок и динамических пауз в начальной школе» Москва 2004г.

7. Ю.И.Портных. «Дидактические основы использования игр в физическом воспитании» Москва 2004г.

8. Самсон Глязер. «Зимние игры и развлечения» Москва 1973 г.

9. И.М. Коротков. «Подвижные игры во дворе» Москва 1987 г.