

**Пояснительная записка**

Рабочая программа кружка "Будущие олимпийцы" для внеурочной деятельности составлена в соответствии с письмом Министерства образования и науки РФ от 12.05.2011 №03-296 "Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования" и на основе Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ СОШ №6.

Рабочая программа кружка «Будущие олимпийцы» ориентирована на учащихся 3 класса и реализует задачи спортивно-оздоровительного направления развития школьников. Тематическое планирование рассчитано на 2 учебный часа в неделю, что составляет 68 учебных часов в год.

Программа включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья, знакомство с различными подвижными играми.

**Цель программы:**

-создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни

-приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

**Задачи программы:**

-обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;

-познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

-воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням;

-развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, быстроту реакции, а так же эмоционально-чувственную сферу;

-воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни;

-учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации  отдыха,      повышения работоспособности  и укрепления здоровья;

-создавать условия для проявления чувства коллективизма;

-развивать активность и самостоятельность;

-обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям,         применению их в различных по сложности условиях.

**Планируемые результаты освоения программы**

*Ученик научится:*

- применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;

-играть в подвижные игры;

-соблюдать правила игры;

-организовать подвижные игры (3-4);

-работать в коллективе;

-выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);

-проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;

-владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;

-выполнять комплексы упражнений, направленно воздействующие на формирование

правильной осанки;

-выполнять комплексы утренней зарядки и физкультминуток.

*Ученик получит возможность научиться:*

-осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;

-уметь планировать и регулировать свои действия во время подвижной игры;

-определять и формировать цель  деятельности с помощью учителя;

-учиться работать по определенному алгоритму;

-работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;

-предлагать помощь и сотрудничество;

-адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- учиться работать в  паре,  группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

-различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);

-соблюдать правила поведения и предупреждение травматизма во время занятий;

-подбирать упражнения для разминки;

-использовать знания во время подвижных игр на досуге;

**Содержание курса**

**«Игры народов мира»**

В ходе просматривания видеороликов и презентаций, дети знакомятся с некоторыми играми народов, населяющих Россию. Детские народные игры отличаются непосредственностью и простотой. Вместе с тем в простых по форме и на первый взгляд наивных по содержанию играх дети постоянно изображают труд взрослых, их взаимоотношения в процессе труда.

**Зимние игры на снеговой площадке»**

В этот раздел вошли игры на свежем воздухе в зимнее время. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др.

**Игры на развитие психических процессов.**

Игры на развитие психических процессов: мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности. Развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

**«Игры на свежем воздухе»**

Игра помогает всестороннему развитию подрастающего поколения, способствует развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, коллективизм и

**«Игры – поиски»**

Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игр способствует отдыху участников игр после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры

**Календарно-тематическое планирование**

**кружка «Будущие олимпийцы», 3 класс, 68 часов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата** | | **Тема** |
| **План.** | **Факт.** |
| **Вводное занятие. Я выбираю здоровый образ жизни** | | | |
| 1 | 05.09 |  | Вводное теоретическое занятие. «Что мы знаем об игре». |
| 2 | 08.09 |  | Русская народная игра «Салки». |
| 3 | 12.09 |  | Русская народная игра «Лапта». |
| 4 | 15.09 |  | Русская народная игра «Пятнашки», «Волки во рву» |
| 5 | 19.09 |  | Русская народная игра «Краски», «Фанты». |
| 6 | 22.09 |  | Русская народная игра «Салки с приседаниями». |
| 7 | 26.09 |  | Эстафета «Быстрые и ловкие». |
| 8 | 29.09 |  | Русская народная игра «Третий лишний». |
| 9 | 03.10 |  | Русская народная игра «Птицелов», «Удочка». |
| **Игры народов России.** | | | |
| 10 | 06.10 |  | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» |
| 11 | 10.10 |  | Бурятская народная игра «Ищем палочку». |
| 12 | 13.10 |  | Дагестанские народные игры «Выбей из круга» «Подними платок». |
| 13 | 17.10 |  | Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой». |
| 14 | 20.10 |  | Калмыцкие народные игры «Мяч», «Я есть!» |
| 15 | 24.10 |  | Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!» |
| 16 | 27.10 |  | Марийская народная игра «Катание мяча». |
| 17 | 07.11 |  | Татарские народные игры «Скок перескок», «Продаем горшки». |
| 18 | 10.11 |  | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки». |
| 19 | 14.11 |  | Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка». |
| **Игры народов мира.** | | | |
| 20 | 12.11 |  | Белорусские народные игры «Хлоп, хлоп, убегай», «Мельница», «Иванка». |
| 21 | 21.11 |  | Белорусские народные игры «Хлоп, хлоп, убегай», «Мельница», «Иванка». |
| 22 | 24.11 |  | Белорусские народные игры «Хлоп, хлоп, убегай», «Мельница», «Иванка». |
| 23 | 28.11 |  | Украинские народные игры «Запорожские казаки», «Потоп». |
| 24 | 01.12 |  | Украинские народные игры «Запорожские казаки», «Потоп». |
| 25 | 05.12 |  | Украинские народные игры «Запорожские казаки», «Потоп». |
| 26 | 08.12 |  | Туркменские народные игры «Чай-чай», «Медведи сладкоежки». |
| 27 | 12.12 |  | Туркменские народные игры «Чай-чай», «Медведи сладкоежки». |
| 28 | 15.12 |  | Туркменские народные игры «Чай-чай», «Медведи сладкоежки». |
| 29 | 19.12 |  | Латвийские игры «Львиная охота», «Сверчок» |
| 30 | 22.12 |  | Латвийские игры «Львиная охота», «Сверчок» |
| 31 | 26.12 |  | Латвийские игры «Львиная охота», «Сверчок» |
| 32 | 29.12 |  | Таджикская народная игра «Тубпеши бой». |
| 33 | 16.01 |  | Игры народов Африки «Дерево», «Африканские салки». |
| 34 | 19.01 |  | Спортивный праздник. |
| **Подвижные игры** | | | |
| 35 | 23.01 |  | Игра «Салки. Ноги от земли». |
| 36 | 26.01 |  | Игра «Колдунчики». |
| 37 | 30.01 |  | Игра «Зайцы в огороде». |
| 38 | 02.01 |  | Спортивный праздник « Фестиваль подвижных игр» |
| 39 | 06.02 |  | Игра «Пустое место». |
| 40 | 09.02 |  | Игра «Салки с выручкой». |
| **«Игры-хороводы»** | | | |
| 41 | 16.02 |  | Игра «Жар-птица». |
| 42 | 20.02 |  | Игра «Золотые ворота» |
| **Игры с элементами прыжков** | | | |
| 43 | 23.02 |  | Игры «На одной ножке по дрожке», «Бой петухов». |
| 44 | 27.02 |  | Игры «Поймай лягушку», «Прыжки по полоскам». |
| 45 | 02.03 |  | Игры «Через кочки и пенечки», «Парашутисты». |
| 46 | 06.03 |  | Игры «Ловишка на одной ноге», «Не оступись». |
| 47 | 09.03 |  | Многоскоки. Игра «Тройной прыжок». |
| 48 | 13.03 |  | Игры по выбору детей |
| **«Зимние игры на снеговой площадке».** | | | |
| 49 | 16.03 |  | Игры в снежки, лепка снежных баб, крепостей. |
| 50 | 20.03 |  | Игра «Два города». |
| 51 | 23.03 |  | Игра «Снежные скульптуры». |
| 52 | 03.04 |  | Игра «На одной лыже». |
| 53 | 06.04 |  | Игры «Снежные перебежки», «Шаг-великан». |
| 54 | 10.04 |  | Игра «Веселый снеговик». |
| 55 | 13.04 |  | Эстафета «Вызов номеров» |
| 56 | 17.04 |  | Эстафета «Встречная» |
| 57 | 20.04 |  | Игры по выбору детей. |
| **Играем на прогулке.** | | | |
| 58 | 24.04 |  | Игры-прятки «»Палочка-выручалочка», «Немецкие прятки». |
| 59 | 27.04 |  | Игры-прятки «»Палочка-выручалочка», «Немецкие прятки». |
| 60 | 01.05 |  | Игры со скакалкой «Через скакалку», «Задом наперед», «Числа и прыжки». |
| 61 | 04.05 |  | Игры со скакалкой «Через скакалку», «Задом наперед», «Числа и прыжки». |
| 62 | 08.05 |  | Игра «Классики». |
| 63 | 11.05 |  | Игра «Классики». |
| 64 | 15.05 |  | Игры по выбору детей. |
| 65 | 18.05 |  | Игры по выбору детей. |
| 66 | 22.05 |  | Игры-соревнования «Тяни-толкай», «Редька». |
| 67 | 25.05 |  | Игры-соревнования «Перегонки и взапуски», «Круговая веревочка» |
| 68 | 29.05 |  | Спортивный праздник «Здравствуй лето!» |
| **Итого: 68 часов** | | | |

Рассмотрено на заседании ШМО СОГЛАСОВАНО учителей начальных классов зам.директора по УВР Протокол № …….от………… МБОУ СОШ №6 Руководитель ШМО…………… …………………… /Е.А.Смаглий/ /Е.А.Смаглий/