Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Асланинская средняя общеобразовательная школа»

**627042,Тюменская область, Ялуторовский район, с. Аслана, ул. М.Джалиля,6А,97-287**

|  |  |
| --- | --- |
| **«Рассмотрено»**  На заседании педагогического совета  Протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ от  «\_\_\_\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2014 г. | **«Утверждаю»**  Директор МАОУ «Асланинская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Мирязов М.М.  Приказ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ от  «\_\_\_\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2014 г. |

Программа по дополнительному образованию

**кружка «Чемпионик»**

(Срок реализации 1 год, возраст обучающихся : 8 - 9лет)

Автор: Чичбакова Г.Ш.

учитель начальных классов

2015-2016г.

**Спортивно – оздоровительное направление**

**Внеурочное занятие «Чемпионик»**

**I.Пояснительная записка**

**Цель программы:** содействие всестороннему развитию личности учащихся посредством формирования у них физической культуры, слагаемыми которой являются сохранение и укрепление здоровья, пропаганды и приобщение к здоровому образу жизни, оптимальный уровень двигательных способностей.

**Задачи программы:**

- формирование жизненно важных двигательных навыков и умений, умения контролировать своё поведение;

- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию;

- развитие активности, настойчивости, решительности, творческой инициативы, общей выносливости, силы и гибкости, овладение школой движений;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время игры, стремления к совершенству;

- Содействие развитию психических процессов (памяти, внимания, мышления) в ходе двигательной деятельности

**II Раздел. Общая характеристика программы кружка «Чемпионик»**

Внеурочное занятие“Чемпионик” входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

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

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

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В кружок Чемпион” вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также 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.

**Формирование универсальных учебных действий:**

**Личностные УУД:**

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

3) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

4) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

5) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

**Регулятивные УУД:**

1)принимать и сохранять поставленную задачу;

2)планировать(в сотрудничестве с учителем и одноклассниками или самостоятельно) необходимые действия, операции, действовать по плану;

3) адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления;

**Познавательные УУД:**

1)осознавать поставленную задачу;

2)понимать информацию, устанавливать причинно-следственные связи, делать обобщения, выводы;

**Коммуникативные УУД:**

1)вступать в диалог с учителем, одноклассниками, участвовать в общей беседе, соблюдая правила этикета;

2)Задавать вопросы, слушать и отвечать на вопросы других, формулировать собственные мысли, высказывать и обосновывать свою точку зрения;

3)осуществлять совместную деятельность в командах с учётом конкретных учебно-познавательных задач

**Ценностные ориентиры:**

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе. Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма е более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

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

Программа представлена четырьмя блоками: народные игры, игры на развитие психических процессов, подвижные игры, спортивные игры

**III Раздел.Место учебного предмета в учебном плане**

**Основные направления реализации программы:**

-организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;

– организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);

– организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;

– активное использование спортивной площадки

– проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;

– санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;

– организация питания учащихся;

– проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,

– организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;

**Формы занятий:**

* беседы
* игры
* элементы занимательности и состязательности
* викторины
* конкурсы
* праздники
* часы здоровья

**Алгоритм работы с подвижными играми.**

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

**Требования ФГОС. Планируемые результаты.**

Дети должны знать:

-О способах и особенностях движения и передвижений человека;

-О системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простей шего контроля за деятельностью этих систем;

-об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;

-о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

**Уметь:**

-выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

-заботиться о своём здоровье;

-применять коммуникативные навыки;

-отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;

-отвечать за свои поступки;

-находить выход из стрессовых ситуаций

###### **Материально-техническое обеспечение:**

Спортивный зал;

Маты;

Гимнастические скамейки;

Мячи, обручи, кегли, прыгалки;

.

Методические разработки праздников

Электронные презентации «Вредные и полезные привычки»

«Фрукты и овощи на твоём столе»

«Режим дня школьника»

1.Карасёв Т.В. Современные аспекты реализации здоровье сберегающих технологии.

2.Спортивные игры (Под редакцией Ю.И. Портных)

3.Коротков И. М. Подвижные игры во дворе.

**IX. Раздел. Результаты освоения спортивного кружка «Чемпионик»**

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

**Личностные результаты.**

*У учеников будут сформированы:*

* установка на безопасный, здоровый образ жизни;
* потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
* этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа

уважительное отношение к культуре других народов.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
* осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

**Познавательные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* проводить сравнение и классификацию объектов;
* понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
* проявлять индивидуальные творческие способности.

**Коммуникативные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
* обращаться за помощью;
* формулировать свои затруднения;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;
* адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Предметные результаты:**

* формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
* овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | дата | | Тема | Характеристика деятельности учащихся или виды учебной деятельности | Планируемые результаты | Оборуд. |
| план | факт |
| 1 |  |  | Мир движений..«Игра белок», «Разведчики», «Щенок» | формирование о мире движений, их роли в сохранении здоровья. | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | кубики, мелки, обручи, скакалки |
| 2 |  |  | Красивая осанка..«Хвостики». «Паровоз» | формирование правильной осанки и развитие навыков бега | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | гимнастические палки, ленточки. Скакалки |
| 3 |  |  | Учись быстроте и ловкости.«Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный» | развитие ловкости; воспитание чувства ритма | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | скакалки, мелки, шапочка, шарф. Варежки, лыжи. лыжные палки. |
| 4 |  |  | Сила нужна каждому.«Кто сильнее?», «Салки со стопами, «Удочка с прыжками» | развитие силы и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мешочки, скакалка, коврики |
| 5 |  |  | Ловкий. Гибкий.«Снип –Снап», «Быстрая тройка» | развитие гибкости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | гимнастические палки, скакалки |
| 6 |  |  | Весёлая скакалка.«Медведь спит, «Весёлая скакалка» | развитие ловкости и внимания | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | кубики, скакалки |
| 7 |  |  | Сила нужна каждому.«Очистить свой сад от камней», | развитие выносливости и силы | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мешочки, мячи |
| 8 |  |  | Развитие быстроты.«Командные салки», «Сокол и голуби» | развитие быстроты | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мячи, скакалки |
| 9 |  |  | Кто быстрее?«Найди нужный цвет», «Разведчики» | развитие скоростных качеств, выносливости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мешочки, маленькие мячи, кубики, коврики |
| 10 |  |  | Скакалочка- выручалочка.«Удочка с приседанием», | развитие силы | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | скакалки, коврики |
| 11 |  |  | Ловкая и коварная гимнастическая палка.«Ноги выше от земли», «Выбегай из круга» | развитие быстроты и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | гимнастические палки, маленькие мячи, обручи, фишки, волейбольный мяч |
| 12 |  |  | Команда быстроногих «Гуси – лебеди».«Лиса и куры», | развитие силы и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | обручи, гимнастические палки, скакалки |
| 13 |  |  | Выбираем бег.«Кто быстрее?», «Сумей догнать» | развитие скоростных качеств, ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мяч, фишки, флажки |
| 14 |  |  | Метко в цель.«Метко в цель», «Салки с большими мячами» | развитие меткости и координации движений | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | кегли, малые мячи, большие мячи |
| 15 |  |  | Путешествие по островам.«Назови имя», «Бездомный заяц», Лягушки в болоте» | развитие меткости и координации движений | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мячи, обручи, канат, баскетбольная корзина |
| 16 |  |  | Развиваем точность движений.«Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель». «Воробушки и кот» | развитие глазомера и точности движений | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | гимнастические палки, мяч |
| 17 |  |  | Горка зовёт.«Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик» | развитие физических качеств выносливости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | ледянки |
| 18 |  |  | Зимнее солнышко.«Веер», «Паровозик | развитие выносливости и ловкости Быстрый спуск», | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | ледянки |
| 19 |  |  | Зимнее солнышко.«Кто быстрее приготовиться » | развитие выносливости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | ледянки |
| 20 |  |  | Штурм высоты.«Штурм высоты» | развитие выносливости и быстроты | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | флажки |
| 21 |  |  | Снежные фигуры.«Салки» | развитие выносливости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | флажки |
| 22 |  |  | Закрепление. Игры на свежем воздухе.«Поезд», «Салки» и др. по выбору учащихся | развитие выносливости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры |  |
| 23 |  |  | Мы строим крепость «Мороз – Красный нос» Игры по желанию учащихся | развитие физических качеств выносливости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | лопатки, санки |
| 24 |  |  | Мы строим крепость.Игры по желанию учащихся | развитие физических качеств выносливости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | лопатки, санки |
| 25 |  |  | Игры на снегу.Горелки». «Игры по желанию учащихся | развитие выносливости и скоростных качеств | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | флажки |
| 26 |  |  | Удивительная пальчиковая гимнастика.«Метание в цель», «Попади в мяч» | развитие ловкости и быстроты | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | теннисные мячики, 2 волейбольных мяча |
| 27 |  |  | Развитие скоростных качеств.«Быстро в строй», командные «колдунчики» | развитие скоростных качеств и меткости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мячи |
| 28 |  |  | Развитие выносливости."Бездомный заяц», «Лошадки» | развитие выносливости, быстроты и реакции | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мяч, гимнастическая палка |
| 29 |  |  | Развитие реакции.Пустое место», «Часовые и разведчики» | развитие быстроты, скорости, реакции | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мешочки с песком |
| 30 |  |  | «Удочка».«Не урони мяч» | развитие быстроты и выносливости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | булавы, мяч, фишки |
| 31 |  |  | Прыжок за прыжком.Прыжок за прыжком» | развитие быстроты, ловкости, выносливости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | флажки, эстафетная палочка |
| 32 |  |  | Мир движений и здоровья. "Хвостики","Падающая палка", | развитие скоростных качеств , ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | ленточка, гимнастическая палка. мячи |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 33 |  |  | «Третий лишний» игра | развитие скоростных качеств , ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры |
| 34 |  |  | Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы. | Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры. |