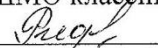
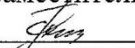
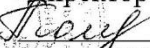


Ситниковская СОШ филиал МАОУ Омутинская средняя общеобразовательная школа №2

Рассмотрено на заседании
ШМО классных руководителей
 /С.Н.Рифель/
Протокол № 14
от 27.05.19г

Согласовано:
Заместитель директора по УВР
 /С.И. Гетало/
от 28.05.19г.



Утверждено:
Директор
 А.Б.Комарова/
приказ №80/2-од
от 29.05.19г.

Рабочая программа

кружка «Народные игры»

1-4 класс

в рамках внеурочной деятельности

Направление: Физкультурно-оздоровительное

Составитель:
Учитель физической культуры Самусев Д.В.

с. Ситниково, 2019

Календарно-тематическое планирование

Спортивного кружка «Народные игры».

Учитель физической культуры Самусев Дмитрий Валерьевич.

На реализацию программы отводится 1 час в неделю, всего 34 часа в год.

Цель - Содействовать оздоровлению, поддержанию оптимального объема двигательной активности, повышению функциональных возможностей организма младших школьников.

Основные задачи:

1. Формировать основы культуры здоровья и физической культуры личности учащихся начальных классов.
2. Содействовать более эффективному решению задач основной образовательной программы по физической культуре в аспектах физического развития, физической подготовленности и обучения жизненно важным двигательным умениям и навыкам, специальным движениям с мячом.
3. Посредством изучения подвижных игр с мячом, готовить младших школьников к освоению правил и техники спортивных игр.
4. Содействовать формированию эмоциональной и нравственной сфер личности младшего школьника, воспитанию норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности, развитию коммуникативных навыков и способностей.

Форма проведения занятий: Практические занятия в спортивном зале.

Двигательные умения и навыки

- Различные упражнения с малыми, средними и большими мячами, развивающие двигательные качества.
- Броски и ловля мяча, передачи партнёру. Остановка в движении по звуковому сигналу.
- Подвижные игры и игры-эстафеты с мячом, совершенствующие навыки владения мячом.

Планируемые результаты

знать:

- о влиянии игр с мячом на развитие двигательных качеств человека;
- что такое здоровье и физическое развитие человека;
- про эмоции: приятные и неприятные, их отличие;
- общие правила поведения и техники безопасности на занятиях объединения;
- правила техники безопасности с различными мячами: с резиновыми (большими, малыми, средними); волейбольными; футбольными;
- основные линии спортивного зала.

уметь:

- работать с мячом: ловить, передавать, метать, катать, выполнять различные упражнения;
- работать в паре, в группе, в команде под наблюдением учителя.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем курса	Всего часов
1	Введение	2 ч
2	Упражнения и игры с большим мячом	8 ч
3	Упражнения и игры со средним мячом	7 ч
4	Упражнения и игры с малым мячом	7ч
5	Эстафеты и игры с различными мячами	10ч
Всего:		33 ч

Содержание программы 1 года обучения

1. Введение -2 час

- Беседа по технике безопасности.
- Построение, знакомство с классом, знакомство с мячами.

2. Упражнения и игры с большим мячом-8 часов

- ТБ. Бросок и ловля мяча стоя
- ТБ. Ловля и броски мяча с прыжком
- ТБ.Бросок и ловля мяча в парах
- ТБ. Бросок и ловля мяча сверху
- ТБ. Бросок и ловля мяча снизу
- ТБ.Бросок и ловля мяча с отскоком от пола
- ТБ. Броски мяча на меткость
- ТБ.Броски мяча в стойке на коленях

3.Упражнения и игры со средним мячом-7часов

- ТБ.В стойке на коленях, лежа,стоя,лежа
- ТБ. В стойке на коленях, лежа
- ТБ. В бросках и ловля мяча
- ТБ. В прыжке
- ТБ. В беге
- ТБ. В парах
- ТБ. На гимнастической скамье

4.Упражнения и игры с малым мячом- 7 часов

- ТБ.Разучивание упражнений с малым мячом стоя
- ТБ.Разучивание упражнений с малым мячом стоя
- ТБ.Разучивание упражнений с малым мячом лежа,сидя
- ТБ.Разучивание упражнений с малым мячом в стойке на коленях
- ТБ.Разучивание упражнений с малым мячом в подбрасывании, ловле

-ТБ.Броски мяча об пол, в стену и ловля его

-ТБ.Эстафета

5.Эстафеты и игры с различными мячами- 10 часов

-ТБ.Эстафета

-ТБ.Эстафета

-ТБ. Игры с метанием мяча на дальность и точность

-ТБ. Передача мяча в колоннах, шеренгах, по кругу

-ТБ. Игры с разными мячами, со сменой мячей

-ТБ. Эстафета

-ТБ. Эстафета

-ТБ. Эстафета

-ТБ. Эстафета

-ТБ. Игры по желанию детей

Список литературы

1. Былеева Л. В. «Подвижные игры» учебное пособие для институтов физической культуры.
2. Журналы «Физкультура в школе»
3. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
4. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
5. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
6. «Поурочные разработки по физкультуре. 1-4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г
7. Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
8. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
9. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
10. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я., Зуева Е.А. «Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г

Список электронной литературы

http://2dip.su/список_литературы/130178

http://2dip.su/список_литературы/117492

http://2dip.su/список_литературы/9366

http://2dip.su/список_литературы/7573

http://2dip.su/список_литературы/58049