

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ОТДЫХАЕМ И ИГРАЕМ»

1 класс

Планируемые результаты освоения курса

Метапредметные результаты должны отражать:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими

Предметные результаты должны отражать :

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- составление индивидуального режима дня и его соблюдение;
- выполнение физических упражнений для развития физических навыков;
- заботу о своем здоровье;

Личностные результаты должны отражать:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Основное содержание курса

Подвижная игра – это относительно самостоятельная деятельность детей, в которой ярко выражена роль движений. Игры - естественный источник радостных эмоций, самовыражения. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики и воспитания. Игра – ведущая деятельность детей. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, развитию физических качеств, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Сюжетные игры (7ч.) «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «Космонавты», «Море волнуется», «Волк во рву», «Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробушки и кот», «Белые медведи», «Вороны и воробьи», «Ловишки-перебежки», «Салки», «Хвостики», «Коршун и наседка», «Колдунчики», «Кот идет», «Не ошибись» (с рисунками зверей и птиц), «Кошки-мышки», «Птицы без гнезда», «Шишки, желуди, орехи». Для сюжетных игр характерны роли с соответствующими для них двигательными действиями. Сюжет может быть образный («Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробушки и кот») и условный (ловишки, пятнашки, перебежки).

Бессюжетные игры(7ч.) В бессюжетных играх все дети выполняют одинаковые движения. «Класс смирно!», «Запрещенное движение, «К своим флажкам», «Пустое место», «Карлики и великаны», «Найди себе пару», «Чья команда быстрее построится»,

«Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры», «Увернись от мяча», «Быстро по местам», «У ребят порядок строгий», «Удочка», «Невод», «Третий лишний».

Спортивных игры(9ч.) Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метания); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

Народные игры (10ч.) Обучать основам народных игр;
Развивать двигательную активность;
Пробудить у детей интерес к занятиям физкультурой и спорт.

Тематическое планирование

№	Темы разделов	Количество часов
1	Сюжетные игры	7ч
2	Бессюжетные игры	7ч
3	Спортивных игры	9ч
4	Народные игры	10ч
	Итого	33 ч

Формы и виды деятельности:

- Словесные – объяснение;
- Наглядные – показ;
- Поисковые – поиск новых идей, материалов;
- Креативные – творческий подход;
- Игра;
- Ролевая игра;
- Спортивная игра;
- Двигательные комплексы.

Результаты освоения программы

к концу учебного года учащиеся 1 класса должны

знать:

- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности во время игр;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- терминологию, связанную с проведением игр.

:-