

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа с. Падовка муниципального района Пестравский Самарской области

Программа по внеурочной деятельности учащихся начальной школы

«Здоровый ребёнок – успешный ребёнок»

Спортивно-оздоровительное направление

«Подвижные игры народов мира»



Автор: О.Н. Носкова

Пояснительная записка.

**Здоровье-это самое главное в жизни.
Это и счастье, радость, свобода, труд,
Опора и общение с родными друзьями.
Это сама жизнь.**

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Путей и программ, направленных на первичную профилактику злоупотребления курением и наркотическими веществами, предложено много. Очень важно, чтобы профилактика асоциальных явлений взяла своё начало в начальных классах.

Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формирование установок на ведение здорового образа жизни. Не нужно делать большой акцент на сами вредные привычки. Главное – приобщить детей к здоровому образу жизни. Дети младшего школьного возраста наиболее восприимчивы к обучающему воздействию, поэтому целесообразно использовать школу для обучения детей здоровому образу жизни. Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками, которые входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве. Работа начинается с 1 класса и рассчитана на весь курс начальной школы.

Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе, так как народная игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движения, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У детей формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игра как средство воспитания:

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки.

Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Игра в жизни ребёнка:

Игры предшествуют трудовой деятельности ребенка. Он начинает играть до того, как научится выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая двигательная деятельность не является врожденной способностью, свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребенка условнорефлекторным путем, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных

систем. Она формируется и развивается в результате общения ребенка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

Оздоровительное значение подвижных игр:

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую работу, различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

Цель программы: создание условий для развития к народным играм через включения детей в совместную деятельность.

Задачи программы:

- *познакомить детей с разнообразием подвижных игр народов мира и возможностью использовать их при организации досуга;
- *способствовать расширению кругозора учащихся;
- *формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- *развивать активность и самостоятельность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- *воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни, содействовать взаимодействию взаимопониманий.

Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности;
- организация и проведение разнообразных мероприятий-игр по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);
- организация и проведение игр на свежем воздухе в любое время года;
- активное использование спортивных площадок населённого пункта (футбольная, баскетбольная, волейбольная, хоккейная коробка) в рамках работы программы;
- проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,
- организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение исследований уровня физического и психофизического здоровья учащихся;

В своей работе педагог должен ориентироваться не только на усвоение ребёнком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоения знаний и представлений в поведении. Педагог учитывает, что ребёнок, изучая себя, особенности организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать своё здоровье.

Методика работы с детьми должна строиться в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей.

Содержание занятий желательно наполнять сказочными и игровыми сюжетами и персонажами. Введение игры в занятие позволяет сохранить специфику младшего школьного возраста.

Мало научить ребёнка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Надо, чтобы уже с раннего возраста он учился любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров.

Каждое занятие должно приносить детям чувство удовлетворения, лёгкости и радости.

Ожидаемый результат:

- укрепление здоровья детей, формирования у них навыков здорового образа жизни;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- развитие умений работать в коллективе, лидерских качеств;
- формирование у детей уверенности в своих силах;
- умение применять игры в самостоятельных занятиях.

Формы контроля: наблюдение.

По учебному плану школы на курс «Подвижные игры народов мира» в 3 классе отводится 2 часа в неделю, всего 64 часа.

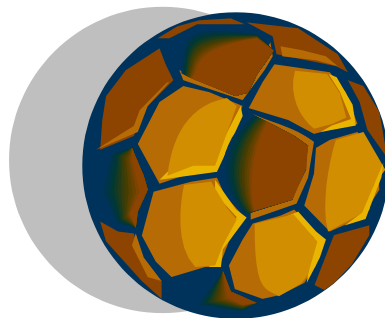
Календарно- тематическое планирование к программе по внеурочной деятельности в начальных классах «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок» Спортивно-оздоровительного направления «Подвижные игры народов мира».



1 класс

№	Тема	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1.	Русские народные игры	«Гуси-лебеди» , «У медведя во бору» «Кто быстрее?», «Бой петухов» «Кто ушёл?», «Летает- не летает» «Верёвочка под ногами», «Зайцы в огороде» «Море волнуется», «Кораблик» «Третий лишний» «Колпачок» «Обыкновенные жмурки» «Палочка выручалочка» «Филин и пташки», «Затейники», «Почта», «К своим флажкам» «Горелки» «Кот и мышь» «Пятнашки» «Хоровод», «Ручеёк», «Дедушка Мазай» Зимние забавы «Весёлые старты» «По дорожке», «Два Мороза» «Снеговик», «Смелые воробушки»		
2.	Башкирские народные игры	«Юрта» «Липкие пеньки» «Медный пень»		

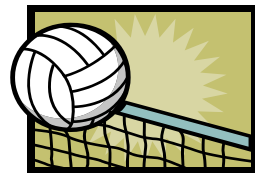
		«Стрелок»		
3.	Бурятские народные игры	«Иголка, нитка, узелок» «Ищем палочку» «Волк и ягнята» «Габун»		
4.	Дагестанские народные игры	«Палочка стукалочка» «Надень папаху» «Слепой медведь» «Достань шапку»		
5.	Игры народов Коми	«Стой, олень!» «Невод» «Шире круг», «Белые медведи» «Ловля оленей»		
6.	Мордовские народные игры	«Круговой» «Раю – раю» «Затейники», «Эхо», «К своим флажкам»		
7.	Осетинские народные игры	«Перетягивание» «Чука» «Жмурки – носильщики» «Жмурки» «Чепена»		



2 класс

№	Тема	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1.	Русские народные игры	«Фигуры», «Успей выбежать», «Чур у дерева» «Мы- весёлые ребята», «Охотники и утки» «Пчёлкина шалость» «Шишки, жёлуди, орехи», «У ребят порядок строгий» Зимние забавы «Метко в цель», «Снежные круги» «Весёлые старты» «По дорожке», «Два Мороза» «На дворе у нас мороз», «Ледяная фигура» «Метелица», «Северный и южный ветер» «Снеговик», «Смелые воробушки»		
2.	Кабардино - Балкарские народные игры	«Повелитель лунки» «Под буркой» «Журавли – журавли» «Волчок. Юла»		
3.	Калмыцкие народные игры	«Альчики» (игральные кости) «Забрасывание белого мяча»		

		«Прятки» «Кружиться вокруг колышка»		
4.	Карельские народные игры	«Мяч» «Пятнашки в санках» «Я есть!»		



3 класс

№	Тема	№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1.	Марийские народные игры	1	«Катание мяча»	1	
		2	«Биляша»	1	
		3	Любимые игры	1	
2.	Татарские народные игры	4	«Продаем горшки»	1	
		5	«Серый волк»	1	
		6	«Скок – перескок»	1	
		7	«Займи место»	1	
		8	«Жмурки»	1	
		9	«Перехватчики»	1	
		10	«Лисички и курочки»	1	
		11	«Угадай и догони»	1	
		12	Любимые игры	1	
		3.	Тувинские народные игры	13	
14	«Борьба»			1	
15	Любимые игры			1	
4.	Удмуртские народные игры	16	«Водяной»	1	
		17	«Серый зайка»	1	
		18	«Догонялки»	1	
		19	«Охота на лося»	1	
		20	Любимые игры	1	
5.	Чечено - Ингушские народные игры	21	«Игра в башню»	1	
		22	«Чиж»	1	
		23	«Утушка»	1	
		24	«Выбей альчика из круга»	1	
		25	Любимые игры	1	
6.	Якутские народные игры	26	«Волк и жеребята»	1	
		27	«Ястреб и утки»	1	
		28	«Летящий диск»	1	
		29	«Игра в мяч»	1	
		30	«Перетягивание на палках»	1	
		31	«Один лишний»	1	
		32	Любимые игры	1	

7.	Игры народов Сибири и Дальнего Востока	33	«Олени и пастухи»	1	
		34	«Куропатки и охотники»	1	
		35	«Ручейки и озера»	1	
		36	«Ловкий оленевод»	1	
		37	«Нанайская борьба»	1	
		38	«Охота и волки»	1	
		39	«Тройной прыжок»	1	
		40	Любимые игры	1	
8.	Украинские народные игры	41	«Высокий дуб»	1	
		42	«Хлебец»	1	
		43	«Колдун»	1	
		44	«Перепелочка»	1	
		45	«Круглый хрещик»	1	
		46	Любимые игры	1	
9.	Забытые русские народные игры	47	«Лапта»	1	
		48	«Чиж»	1	
		49	«Ямки»	1	
		50	«Попади в ямку»	1	
		51	«Игра в камешки»	1	
		52	Любимые игры	1	
10.	Музыкальные игры, игры с пением	53	«Успей передать»	1	
		54	«Музыкальные змейки»	1	
		55	«Найди свою пару»	1	
		56	«Бинго»	1	
		57	«Если нравится тебе»	1	
		58	«Раз, два, три»	1	
		59	Любимые игры	1	
11.	Игры за столом	60	«Орешек» «Кто летит?»	1	
		61	«Разложи вслепую»	1	
		62	«Цап – царап» «Пятиборье за столом»	1	
		63	Игры – эстафеты Весёлые старты	1	
		64	Любимые игры, изученные за год	1	

Литература

- ✚ ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2010.
- ✚ ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2010.
- ✚ «Детские подвижные игры народов СССР» - составитель А.В.Кенеман; под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989 г
- ✚ «Игра и оздоровительная работа в школе» - О.А Степанова, серия «Игровые технологии», Москва, 2004 г.,
- ✚ «Любимые детские игры» - составитель Г.Н.Гришина, серия «Вместе с детьми», Москва,1999 г.,-
- ✚ «Воспитательная работа в начальной школе» - С.В. Кульневич, Т.П. Лакоценина, ТЦ «Учитель», Воронеж. 2006.

- ✚ «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» - Е.А.Ковалёва, серия «Азбука развития», Москва, 2007 г.,-
- ✚ «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры – Мир Книги, Москва. 2003.
- ✚ «Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения. «Первое сентября», Москва ,2000.



4 класс

Календарно – тематическое планирование занятий кружка

1. Игры наших бабушек: «12 палочек», «Заря», «Горелочки», «Звери» (сентябрь – 2 часа)
2. Игры народов Дальнего Востока: «Ручейки, озёра», «Оленьи упряжки», «Каюр и собаки», «Нарты-сани» (октябрь-ноябрь 2 часа)
3. Игры разных народов: «Аисты»- украинская игра, «Золотое зернышко»-Белоруссия, «Аист и лягушки»- Япония, «Лиса и квочка»- Турция, «Молотилка» - Йемен, «Буйволы в загоне» -Судан (ноябрь-декабрь- 3 часа)
4. Игры в зимнее время: «Два Мороза», «Льдинка», «Тяни- толкай», «Бег в оленьей упряжке», «Пчёлы и медвежата», «Космонавты» (январь-февраль – 3 часа)
5. Конкурсы и эстафеты: «Бег по кочкам», «Выгоны», «Бег в линию», «Последний выбывает», «Баба- Яга», «Переправа», «Кажется дождь начинается!» и др.(февраль-март -3 часа)
6. Конкурсы и эстафеты: «Бег по кочкам», «Выгоны», «Бег в линию», «Последний выбывает», «Баба- Яга», «Переправа», «Кажется дождь начинается!» и др.(апрель – 2 часа)
7. Летние игры: «Круговые пятнашки», «Общипанная курочка», «Домики и гномики», «Летучая мышь и мотыльки» (май - 2 часа)