

**Пояснительная записка**

            Программа  внеурочной деятельности «Игротека» для 1-4 классов направлена на реализацию ФГОС начального общего образования. Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности учащихся начальной школы  (М., Просвещение, 2010 г.)

**Актуальность.** Повышенная двигательная активность  необходима детям  для нормального роста и их развития.Игра – ведущая деятельность детей, одно из важных средств,  всестороннего воспитания [детей](http://click02.begun.ru/click.jsp?url=O5t5NJiRkJEoPyqUs7SC1yMIi8uyBGvG1e9RZaH7lry*2gNNYNyjkRNRveHkjuqF7E5Rcqf7BCMHiFndvSxeSjNU-crOEBKziKHBQS*o5V54YtSN4UlagiyFUYrHCSAmi8KAoFmWM0nfmIHPg5Es5mfjpZEwLgrxzKXLT8UCpTB8OGpEh*6UYsc9M88gp6AwJej*NpqkVFkTlyD2mdEQE4i1UK4FP04kkNJUA7cXNo82*iFdJxy*63nwn*ffFHSEn*UNQybOhkksWqn2ySebWyp8-LFly4x8xkEbvDwyffL-1kgmFQp*aFehBSMtv*Tm7th7UJpsbf*Hgmhz8jhoIgJAErBVWxJAxrC32j1IdLOguuqL4w30YDxZ5SLaSalLGomRlQ&eurl%5B%5D=O5t5NKmoqahfp6y0rlya22BjAkSQbM6Wd346LrhxBjYY0rvQ) младшего школьного возраста. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

 По содержанию все  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.

            Образовательный процесс в современной школе постоянно услож­няется, и это требует от учащихся значительного умственного и нерв­но-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предпо­лагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состоя­ние центральной нервной системы и функций организма, определен­ный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режи­мом и новыми условиями жизнедеятельности.

            Однако невысокий уровень здоровья и общего физического разви­тия многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проб­лему.

У многих первоклассников наблю­дается низкая двигательная активность, широкий спектр функцио­нальных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы воз­можность вредных влияний и способствовали бы укреплению здо­ровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная **оздоровительная направленность** развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двига­тельный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, кото­рые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или про­должают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рацио­нальной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптацион­ного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели.

**Цель программы:**удовлетворить потребность младших школьников в двигательной  активности, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Достижению данной цели способствует решение следующих задач:**

·        укрепление здоровья учащихся, посредством развития физических качеств;

·        развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;

·        развитие сообразительности, творческого воображения;

·        воспитание внимания, культуры поведения, дисциплинированности, доброжелательного и внимательного отношения к людям, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;

·         создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения учащихся к себе;

·         обучение умению работать индивидуально и в группе,

·         развить природные задатки  и способности детей;

·         формирование коммуникативных компетенций.

**В основу программы «Игротеки» положены следующие принципы:**

**Принцип сознательности и активности**предусматривает воспитание сознательного отношения к занятиям.

**Принцип активности**предполагает умение учащихся быстро принимать и уверенно осуществлять тактические решения. Активность достигается четкой организацией тренировки и живым и интересным её проведением.

**Принцип наглядности**предполагает образцовый показ изучаемых действий, образцовое, доходчивое объяснение и использование разнообразных наглядных пособий.

**Принцип доступности и индивидуальности**предусматривает, чтобы перед

занимающимися ставились посильные задачи и подбирались посильные средства для их решения.

**Принцип систематичности и последовательности**предусматривает последовательность в обучении, регулярные занятия, логическую связь предыдущего учебного материала с последующим, постепенное увеличение нагрузки.

**Принцип прочности**предусматривает усвоение знаний, умений, навыков. Основным условием реализации этого признака является многократное повторение упражнений, приемов, действий.

            При обучении все изложенные выше принципы применяются во взаимосвязи. Основная задача  педагога  состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях  в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных способностей.

            К концу обучения по программе: «Весёлая игротека» осуществляется интеллектуальное и эстетическое развитие ребенка, формируются  психологические черты личности, удовлетворяется потребность ребёнка в естественной двигательной активности,  формируется  техника выполнения спортивных соревновательных движений, соответствующих умений и навыков, осуществляется освоение техники и формирование привычки к занятиям определёнными видами физических упражнений, использование которых позволит сохранить здоровье и  работоспособность на протяжении всей жизни человека.

**Режим занятий:**

            Программа   рассчитана на 4  года обучения и предназначена для  детей младшего школьного возраста от 7 до 11 лет.

Продолжительность занятий: 1 класс – 35 минут, 2 – 4 классы – 45 минут.

Количество обучающихся  в группах – 8-12 человек.

Программа «Весёлая игротека» включает 135 занятий: одно занятие в неделю:

- для обучающихся 1 класса  предполагает 33 часа- 1 час в неделю,  33  учебные недели;

- для обучающихся 2-4 класса 34 часа – 1 час в неделю,  34 учебные недели.

Программа «Весёлая игротека» рассчитана на 135 часов изучается в 1-4 классах,  по 1 часу в неделю, в каждом классе.

**Формы занятий:**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря,  наглядных  материалов и без них.

**Планируемые результаты реализации  программы**

**внеурочной деятельности «Игротека».**

**Личностные результаты:**

 – *оценивать*поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или  плохие;

 – *уметь выражать* свои эмоции;

 – *понимать*эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

**Метапредметные результаты:**

формирование универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

*- определять и формировать*цель  деятельности с помощью учителя;

- *проговаривать*последовательность действий во время занятия;

 - учиться *работать*по определенному алгоритму;

- оценка качества и уровня исполнения.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

– умение *делать выводы*в результате совместной работы класса и учителя.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

– умение *выражать*свои мысли;

–*слушать*и*понимать*речь  других;

– *договариваться*с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;

 –  учиться *работать в  паре,  группе, в коллективе;*выполнять различные роли  (лидера исполнителя).

**Ожидаемые результаты:**

   - снижение негативных последствий учебной перегрузки;

   - увеличение уровня двигательной активности;

    - совершенствование физических возможностей и интеллектуальных способностей;

    - повышение психоэмоциональной устойчивости;

    - сохранение и укрепление здоровья.

**В результате освоения программы «Игротека» обучающиеся должны**

**иметь представление:**

-  о традициях  народных праздников;

-  о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

**должны знать:**

-  историю возникновения  народных игр;

-  правила проведения игр, эстафет и праздников;

-  основные факторы, влияющие на здоровье человека;

-  правила безопасного поведения во время проведения игр*.*

**должны уметь:**

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

   броски,  метание);

-  проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;

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

-  сотрудничать друг с другом во время проведения занятий;

-  применять игровые навыки в жизненных ситуациях;

-  участвовать в организации и проведении игр в группе и классе.

**Представление результатов работы по программе**

Участие обучающихся в играх, конкурсах, викторинах, соревнованиях. Итоговый контроль занятий каждого года обучения пройдет в форме спортивно-игрового  праздника.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема раздела** | **Кол-во часов** |
|  | **1 класс** |  |
| 1. | Какие бывают игры? Правила игры. Обязательны ли они для всех? | 2 |
| 2. | Подвижные игры. | 7 |
| 3. | Народные игры. | 7 |
| 4. | Игры на развитие психических процессов. | 9 |
| 5. | Спортивные игры. | 8 |
|  | **Итого:** | **33** |
|  | **2 класс** |  |
| 1. | Подвижные игры. | 9 |
| 2. | Народные игры. | 7 |
| 3. | Игры на развитие психических процессов. | 10 |
| 4. | Спортивные игры. | 8 |
|  | **Итого:** | **34** |
|  | **3 класс** |  |
| 1. | Подвижные игры. | 9 |
| 2. | Народные игры. | 7 |
| 3. | Игры на развитие психических процессов. | 10 |
| 4. | Спортивные игры. | 8 |
|  | **Итого:** | **34** |
|  | **4 класс** |  |
| 1. | Подвижные игры. | 9 |
| 2. | Народные игры. | 7 |
| 3. | Игры на развитие психических процессов. | 10 |
| 4. | Спортивные игры. | 8 |
|  | **Итого:** | **34** |
|  | **Итого:** | **135  час.** |

**Содержание программы.**

            Содержание программы отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную  дать простор воображению.

Основу учебного материала составляют игры, сходные  по определённым признакам:

-  по видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей

   природе, быт русского народа, игры  детей, вечная борьба добра против зла);

-  по интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и

   высокой интенсивности);

-  по содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные);

-  по способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые,

  сюжетные);

-  по физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры,

   преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости,

   быстроты, гибкости);

-  по отношению к структуре занятий  (для  подготовительной, основной, заключительной

   частей занятий).

Данная классификация предназначена для того, чтобы облегчить учителю планирование занятий с младшими школьниками и наглядно обозначить соответствие  игр разделу программы.

-        **Прогнозируемые результаты** применения программы направлены:

-        ***на формирование первичных общеучебных умений и навыков*** у учащихся. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы и законы физики. Они разнообразны, развлекательны и эмоциональны.  
Помимо того, народные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания так, как знакомят с национальными игровыми традициями и культурой.

-       ***введение детей в предметную область физической культуры.***Овладение детьми способом игровой деятельности позволит им применять умения и навыки и в другие периоды жизни в зависимости от меняющихся обстоятельств. Обучение должно быть ориентировано на зону ближайшего развития, то есть на опережающее актуальное состояние способностей ребенка, но не ограничивающее развитие других способностей (содействуя развитию силы, мы в тоже время угнетающе действуем на развитие гибкости и т.д.).

**Содержание программы.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел** | **Кол-во**  **часов** | **Содержание занятия** | **Характеристика деятельности обучающихся** |
| 1. | Какие бывают игры?  Правила игры. Обязательны ли они для всех? | 2 ч. | Знакомство с содержанием работы внеурочной деятельности «Весёлая игротека». |  |
| 2. | Подвижные игры. | 34 ч. | В этот раздел входят простые иусложненные-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок, в которых один ловит всех, и, кончая сложными салками, в которых одна команда догоняет другую, разные условия и разные правила.  Игры – поиски,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.  Игры с быстрым нахождением своего места **-**игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве. | Воспроизводить заданный учителем образец выполнения алгоритма.  Устанавливать взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения.  Осознаватьвнутреннюю позицию на уровне положительного отношения к школе.  Слушать и понимать речь других людей.  Совместно договариваться о  правилах общения с одноклассниками и сотрудниками школы.  Моделировать: использовать готовую модель (пример учителя) в целях умения применять алгоритм предложенных действий. |
| 3. | Народные игры. | 28 ч. | В этот раздел входят игры разных народов, игры-хороводы и молодецкие игры**.**  Многие народные игры проходят  с изображением трудовых процессов, с традициями быта, обряда и ритуалами, и сохранились как  фольклорные игры тех времен.  Игры-хороводы не исчезли: они приняли другую, более современную форму и содержание, более близкие к современным условиям жизни, остались и старые хороводы с нескольким измененным содержанием. | Устанавливать взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения. |
| 4. | Игры на развитие психических процессов | 39 ч. | Настольные, интеллектуальные, сюжетно-ролевые  игры направленные на развитие интеллектуальных способностей, помогают всестороннему развитию детей, способствуют  развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи,  скорости реакции, умению найти свое место в коллективе.  Пальчиковые игры – развивают моторику  рук. | Моделировать соответствующую ситуацию с помощью предложенных видов игр.  Воспроизводить способы выполнения действий с опорой на модели  Слушать и понимать речь других людей. |
| 5. | Спортивные игры. | 32 ч. | В этот радел, вошли спортивные игры, игры со скакалками, с обручами, с гимнастическими палками, с мячами. Игры с прыжками, с бегом, с лазанием перелезанием, игры с сопротивлением и борьбой, которые 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. | Соотносить заданное задание с возможными вариантами его исполнения, выбирая из предложенных способов.  Слушать и понимать речь других людей.  Совместно *договариваться*о  правилах общения с одноклассниками.  Устанавливать взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения. |
|  | **Итого:** | **135ч.** |  |  |

**Список литературы:**

1.   Барканов С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков.

Учебно-методическое пособие  /Владос, 2001.

2.      Былеева Л.В. Подвижные игры / Москва, 1974.

3.   Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры - к спорту, 1985.

4.   Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991.

5.      Гришина Г.Н. Любимые детские игры / Москва, 1997.

6.      Игротека для всех! – Москва, 1999.

7.      Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 1986.

8.   Минскин Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня. – Москва, 1983.

9.      Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 1998.

10.  Степанова О.А. Подвижные игры и физминутки в начальной школе /Москва, Баласс,2008.

11.   Фролов В.Г. Физкультурные занятия и спортивные игры на прогулке. – Москва, 1986.

12.  Шмаков С. Нетрадиционные праздники в школе.- /Новая школа/, Москва,  1997.

**Календарно-тематическое планирование программы «Игротека»**

**внеурочной деятельности 1-4 классы.**

**4 класс (34 часа)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ темы** | **Дата по плану** | **Дата фактич.** | **Тема** | **Кол-во**  **часов** | **Примечание** |
|  |  |  | ***Подвижные игры*** | ***9 часов*** |  |
| 1/1 |  |  | Подвижная игра: «Море волнуется, раз!» | 1 |  |
| 2/2 |  |  | Подвижная игра: «Коршун и наседка». | 1 |  |
| 3/3 |  |  | Подвижная игра: «Пчёлы и медведи». | 1 |  |
| 4/4 |  |  | Подвижная игра: «Птица без гнезда». | 1 |  |
| 5/5 |  |  | Подвижная игра: «Западня». | 1 |  |
| 6/6 |  |  | Подвижная игра: «Цепи кованы». | 1 |  |
| 7/7 |  |  | Подвижная игра: «Пустое место». | 1 |  |
| 8/8 |  |  | Подвижная игра: «Волк, коза и козлята». | 1 |  |
| 9/9 |  |  | Подвижная игра: «Белые медведи». | 1 |  |
|  |  |  | ***Народные игры*** | ***7 часов*** |  |
| 10/1 |  |  | Русская народная игра: «Коробейники». | 1 |  |
| 11/2 |  |  | Русская народная игра: «Молодецкие игры». | 1 |  |
| 12/3 |  |  | Шорские  народные  игры: «Поймать зайца за уши», «Рукоборье». | 1 |  |
| 13/4 |  |  | Шорские народные  игры: «Перетягивание каната», «Волк и табун лошадей». | 1 |  |
| 14/5 |  |  | Игры народов Коми: «Невод», «Охотник». | 1 |  |
| 15/6 |  |  | Татарские народные игры: «Лисички и курочки», «Займи место». | 1 |  |
| 16/7 |  |  | Башкирские народные игры: «Молчанка», «Палка-кидалка». | 1 |  |
|  |  |  | ***Игры на развитие психических процессов.*** | ***10 часов*** |  |
| 17/1 |  |  | Игры на развитие воображения: «Почему и потому»,  «Искатель цветов». | 1 |  |
| 18/2 |  |  | Игры на развитие мимики: «Зеркало», «Зоопарк». | 1 |  |
| 19/3 |  |  | Настольная игра: «Лото». | 1 |  |
| 20/4 |  |  | Игры на развитие интеллектуального мышления: «Наши любимые сказки», «Математическая шкатулка». | 1 |  |
| 21/5 |  |  | Сюжетно-ролевая игра: «Зайцы в огороде», «Пчёлки и ласточки». | 1 |  |
| 22/6 |  |  | Настольная игра: «Шахматы». | 1 |  |
| 23/7 |  |  | Игра на развитие логического мышления: «Ну-ка, отгадай», «А вы думаете, почему?». | 1 |  |
| 24/8 |  |  | Игры на развитие внимания: «Запомни порядок», «Что в корзинке?». | 1 |  |
| 25/9 |  |  | Игры на развитие памяти: «Повторяй за мной», «Какой предмет переставили?». | 1 |  |
| 26/10 |  |  | Игры на развитие восприятия: «Выложи сам». | 1 |  |
|  |  |  | ***Спортивные игры*** | ***8 часов*** |  |
| 27/1 |  |  | Игры с бегом: «Догони-перегони». | 1 |  |
| 28/2 |  |  | Игры гимнастической палкой: «Палочка-выручалочка». | 1 |  |
| 29/3 |  |  | Игры с обручами: «Найди свой дом», «Я колечко кручу». | 1 |  |
| 30/4 |  |  | Игры с мячом: «Попади в цель», «Из круга вышибало». | 1 |  |
| 31/5 |  |  | Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка: «Баба Яга», «Три характера». | 1 |  |
| 32/6 |  |  | Игры со скакалкой: «Весёлые старты со скакалкой». | 1 |  |
| 33/7 |  |  | Игры на внимание: «За флажками», «Отряд смирно!». | 1 |  |
| 34/8 |  |  | Спортивно-игровой праздник. Игры, эстафеты, весёлые минутки. | 1 |  |
|  |  |  | **Итого:** | **34 часа** |  |