

АТТЕСТАЦИОННАЯ РАБОТА

Слушателя курсов повышения квалификации по
программе:

«Проектная и исследовательская деятельность как
способ формирования метапредметных результатов
обучения в условиях реализации ФГОС»

Шлыковой Елены Анатольевны

МАОУ «СОШ №17»

Г. Губкин, Белгородская область

На тему:

**Программа внеурочной деятельности учащихся
начальных классов «Спортландия»**



ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Новые стандарты образования предполагают внесение значительных изменений в структуру и содержание, цели и задачи образования, смещение акцентов с одной стороны – вооружить учащегося знаниями – на другую – формировать у него общеучебные умения и навыки, как основу учебной деятельности.

Учебная деятельность школьника должна быть освоена им в полной мере. Одним из способов освоения является участие ученика в спортивно-оздоровительной деятельности.

Программа кружка «Спортландия» направлена на снятие напряжения, психической усталости, развития гиподинамии и гипокинезии учащихся.

Предназначена для учащихся начальных классов в возрасте с 6 до 11 лет, по 2 часа в неделю и предполагает, что при переходе из одного класса в другой объем и уровень знаний будет расширяться, углубляться и дополняться спортивными играми.



АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Новизна программы

Новизна программы заключается в том, что она, в отличие от других подобных программ, предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр начинающуюся с первого года обучения в учебно-тренировочных группах.

В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранных подвижных и спортивных игр, эстафет.

Актуальность и педагогическая целесообразность

Стратегия тренировочных нагрузок при многолетней подготовке учащихся предполагает определённое соотношение средств общей и специальной физической подготовки. Так, олимпийский чемпион Ю.Власов писал: «...нельзя замыкаться в узкоспециализированных тренировках. Мы, например, с моим тренером много работали на гимнастических снарядах; пожалуй, первые ввели кроссы. И вот эта общефизическая выносливость дала мне специальную выносливость».

Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.



ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КУРСА «Спортландия»

Цель программы: создание условий для достижения учащимися высоких спортивных результатов посредством педагогически целесообразного применения многоборной подготовки в учебно-тренировочном процессе.

Задачи программы:

- укрепление здоровья учащихся, содействие их разносторонней физической подготовленности;
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость;
- развитие морально-волевых качеств учащихся;
- привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.



Формы работы

В программу включены такие **формы работы**, как:

- общешкольные спортивно-массовые мероприятия;
- туристские походы;
- спортивные праздники;
- спортивно-оздоровительный лагерь.

Цель этих мероприятий - пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни, развитие нравственных и эстетических качеств, формирование устойчивой мотивации у обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, рациональное использование свободного времени, активный отдых.



Требования к уровню подготовленности обучающихся:

После окончания *этапа начальной подготовки* учащиеся должны

знать:

- -об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида.
- -упрощенные правила спортивных игр (футбол, регби, баскетбол, лапта) и подвижных игр для развития физических качеств;
- -гигиенические требования к спортивной одежде и обуви.

Уметь:

- -выполнять общеразвивающие упражнения на развитие координации движений, ловкости, гибкости, силы мышц ног, рук, спины, брюшного пресса;
- -играть по упрощенным правилам в спортивные (футбол, регби, баскетбол, лапта) и подвижные игры для развития физических качеств;
- -соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой.



Контроль.

В целях контроля за результативностью занятий 2 раза в год проводятся показательные соревнования.

Морально-волевые качества, которые развиваются в процессе занятий подвижными и спортивными играми.

сила воли - способность преодолевать значительные затруднения.

трудолюбие, настойчивость, терпеливость – это проявление силы воли во времени, на пути к достижению поставленной цели. Такая устремленность, питаемая моральным долгом, интересом и желанием достигнуть цели, главнейшая основа этих качеств.

выдержка и самообладание - это качества, определяющие умение спортсмена владеть собой, позволяющие сохранять психическую устойчивость и хладнокровие перед стартом и в «разгар» битвы на спортивной арене, обеспечивающие правильную реакцию и поведение спортсмена на различные сбивающие внешние факторы.

решительность – это умение в нужный момент принимать обоснованное решение, своевременно проводить его к исполнению.



Учебный план

Первый год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество теории	Часов практики	Всего
1	Вводное занятие	1	-	1
2	Техника безопасности	3	-	3
3	Беседы	3	-	3
4	Игры	-	66	66
	Итого			66 ч.

№ тем ы	Наименование разделов и тем	Всего часов
I.	Подвижные и спортивные игры	49ч
II.	Русские народные игры	7 ч
	Музыкально-обрядовые игры	5 ч
III.	Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.	5 ч
	Итого	66 ч



Второй год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество теории	Часов практики	Всего
1	Вводное занятие	1	-	1
2	Техника безопасности	3	-	3
3	Беседы	3	-	3
4	Игры	-	68	68
	Итого			68ч.

№ тем ы	Наименование разделов и тем	Всего часов
I.	Подвижные и спортивные игры	51ч
II.	Русские народные игры	7 ч
	Музыкально-обрядовые игры	5 ч
III.	Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.	5 ч
	Итого	68 ч



Третий год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество теории	Часов практики	Всего
1	Вводное занятие	1	-	1
2	Техника безопасности	3	-	3
3	Беседы	3	-	3
4	Игры	-	68	68
	Итого			68ч.

№ тем ы	Наименование разделов и тем	Всего часов
I.	Подвижные и спортивные игры	51 ч
II.	Русские народные игры	7 ч
	Музыкально-обрядовые игры	5 ч
III.	Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.	5 ч
	Итого	68 ч



Четвертый год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество теории	Часов практики	Всего
1	Вводное занятие	1	-	1
2	Техника безопасности	3	-	3
3	Беседы	3	-	3
4	Игры	-	68	68
	Итого			68ч.

№ тем ы	Наименование разделов и тем	Всего часов
I.	Подвижные и спортивные игры	49ч
II.	Русские народные игры	9 ч
	Музыкально-обрядовые игры	5 ч
III.	Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.	5 ч
	Итого	68 ч



ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС (66 ЧАСОВ)

№ занятия	Тема занятия
1	Знакомство с играми с бегом.
2	Её величество игра. «Молчанка».
3	Игры с бегом: «Лошадки», «Скорый поезд».
4	Игры с бегом « Кошки и воробьи».
5	Игры для бегунов: «Гонка с выбыванием».
6	Игра «Земля - воздух-вода».
7	Игры с бегом. «Белые медведи».
8	Игры с бегом «Сокол и утки».
9	Игра «Птицелов».



10	Знакомство с играми с мячом. Игра «Охотники и утки».
11	Игры с мячом «Передал – садись».
12	Игры с мячом «Гонка мячей по шеренгам».
13	Игры с мячом «Мяч соседу».
14	Игра «Колобок».
15	Знакомство с играми с прыжками. «Прыгающие воробушки».
16	Игры с прыжками «Пустое место».
17	Игры с прыжками «Вызов номеров».
18	Игра «Почта».
19	Игра «Гуси летят».
20	Игра с прыжками «Удочка».
21	Знакомство с играми, с развивающими метательными способностями. Игры, развивающие метательные способности «Подвижная цель».
22	Игры, развивающие метательные способности . «В горизонтальную мишень».
23	Игры, развивающие метательные способности «Салки с мячом».
24	Игры, развивающие метательные способности «Перестрелка».
25	Знакомство с играми с элементами футбола. Игры, развивающие метательные способности «Подвижная цель».
26	Игры с элементами футбола «Салки с футбольным мячом».
27	Игры с элементами футбола “Меткий футболист”.
28	Игра «Иголка, нитка, узелок».



Продолжение

29	Игры с элементами футбола «Эстафеты с элементами футбола».
30	Знакомство с играми- аттракционы. Игра-аттракциона «Бой».
31	Игры – аттракционы «Достань городок».
32	Игра «Жар- птица».
33	Игры – аттракционы «Ловкий перемах».
34	Игры – аттракционы «Жонглёры».
35	Знакомство с зимними играми.
36	Зимние игры. «Палка – снег».
37	Зимние игры. «Снежный тир».
38	Зимние игры. «Салки со снежками».
39	Зимние игры. «Ловкие».
40	Игра «Палочка – выручалочка».
41	Игры на санках «С горки на санках».
42	Игры на санках «Скользни дальше».
43	Игры на санках «Перетягушки».
44	Знакомство с играми со скакалкой. Игры с короткой скакалкой.
45	Игры с короткой скакалкой «Забегалы».
46	Игры с короткой скакалкой. Эстафеты.



47	Игра «Краски».
48	Игры с короткой скакалкой.
49	Игра «Ручейки и озера».
50	Игра «Прятки».
51	Игра «Чив, чив, воробей».
52-53	Игры на асфальте «Резиночка».
54	Знакомство с историей возникновения народных игр и с культурными традициями.
55-56	Старинная народная игра «Собачка».
57	Игра «Казачки – разбойники».
58-59,60	Старинные народные игры « Платочек – летуночек», «Горелки».
61	Старинные народные игры “Схвати змею за хвост”.
62	Старинные народные игры «Рыбы, птицы, животные».
63	Старинная народная игра «Горелки».
64	Игра «Казачки – разбойники».
65-66	Итоговое занятие. Эстафеты.