

## Аннотация к рабочей программе внеурочной деятельности «Подвижные игры»

**Направленность программы** «Подвижные игры» является программой *спортивно-оздоровительной направленности*, предполагает дополнительный уровень освоения знаний и практических навыков, по функциональному предназначению – *оздоровительной, развивающей и познавательной*, по времени реализации – *1 год*

**Цель программы:** содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, способствовать оздоровлению и развитию ребенка, становлению нравственных и эстетических свойств личности, воспитанию любви к труду.

**Задачи** направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям подвижными играми и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.
- формирование основ самостоятельной двигательной деятельности, имеющие оздоровительные, развивающие и познавательные аспекты, направленные на расширение адаптационных, функциональных возможностей младших школьников за счет целенаправленного воздействия физических упражнений

**Возраст детей:** участвующих в реализации данной образовательной программы 4 класс.

**Сроки реализации образовательной программы:** рассчитана на 1 год обучения.

**Режим занятий:** занятия проводятся 1 раз в неделю, для 4 класса – 34 часа в год.

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные 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 на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Подвижные игры – действенное средство оздоровления ребенка. Процесс игры всегда связан с новыми двигательными действиями, новыми ощущениями, эмоциями. Ребенок – это деятель и деятельность его, прежде всего, выражается в движениях. Развитость движения – один из показателей нервно-психического развития. Игра формирует личность ребенка, в игре ребенок учится проявлять находчивость, инициативу, выдержку, развивает силу, быстроту, выносливость, гибкость и ловкость. Помимо физического развития игры способствуют становлению нравственных и эстетических представлений.

Программа представлена двумя блоками: народные игры, подвижные игры.

#### **Учащиеся научатся:**

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

- узнают о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;

- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

#### **Получат возможность научиться:**

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

#### **Рекомендации по организации подвижных игр:**

- НЕОБХОДИМО КОНТРОЛИРОВАТЬ ВЫПОЛНЕНИЕ ПРАВИЛ ИГРЫ, НЕ ДОПУСКАТЬ ПРОЯВЛЕНИЯ РИСКОВАННЫХ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕЙСТВИЙ, РАСПРЕДЕЛЯТЬ ДЕТЕЙ НА КОМАНДЫ ТАК, ЧТОБЫ СИЛЫ БЫЛИ ПРИМЕРНО РАВНЫ;
- СЛЕДУЕТ ПОСТЕПЕННО УСЛОЖНЯТЬ СЮЖЕТ ИГРЫ ОТ УРОКА К УРОКУ, ОТ КЛАССА К КЛАССУ, ИНАЧЕ ОНА МОЖЕТ НАДОЕСТЬ РЕБЕНКУ;
- ДОХОДЧИВО ОБЪЯСНЯТЬ ПРАВИЛА ИГРЫ ВСЕМ ДЕТЯМ, ЕСЛИ ЭТОГО НЕ СДЕЛАТЬ, ИГРА ПОТЕРЯЕТ ДЛЯ НИХ ВСЯКИЙ СМЫСЛ;
- ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ ВЫБРАТЬ ВОДЯЩЕГО, СЛЕДИТЬ, ЧТОБЫ В ЭТОЙ РОЛИ ПОБЫВАЛИ ВСЕ ИГРАЮЩИЕ НИ У КОГО НЕ ВОЗНИКЛО ОБИДЫ, ЧТОБЫ У ОБИЖЕННЫХ НЕ СФОРМИРОВАЛСЯ КОМПЛЕКС НЕПОЛНОЦЕННОСТИ. Необходимо подведение итогов игр.

