

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ровенская средняя общеобразовательная школа №2
Ровенского района Белгородской области»

<p>«Рассмотрена» Руководитель МО учителей начального общего образования МБОУ «Ровенская средняя общеобразовательная школа №2»  Степенко Г.Н. Протокол № 1 от 30 августа 2024 г.</p>	<p>«Согласована» Заместитель директора МБОУ «Ровенская средняя общеобразовательная школа №2»  Дегтярева И.В. 30 августа 2024 г.</p>	<p>«Утверждена» Приказ МБОУ «Ровенская средняя общеобразовательная школа №2» от 30 августа 2024 г. №201  Волочаева М.В. </p>
--	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**«Народные игры»
на 2024-2025 учебный год**

Возраст обучающихся 8-10 лет

2024 год

1. Оглавление

Пояснительная записка	3
Учебный план	6
Учебно-тематический план	6-10
Содержание изучаемого курса	11-13
Методическое обеспечение	13
Список литературы	13-14

2. Пояснительная записка

В современном обществе необходимо радикальное изменение ценностных ориентаций, при которых каждый ребёнок мог бы ощутить себя звеном в цепи исторической преемственности. Воспитание любви к Родине должно начинаться с самого раннего возраста. Через внеурочную деятельность возможно формировать знания об истории русского народа, его традициях и особенностях культуры. Учащиеся начальной школы легко воспринимают народные песни, сказки, историческое прошлое народа. Однако, учитывая возраст данной категории школьников, остаётся важным игровым подход при изучении традиций русского народа. В процессе игр возможно не только совершенствовать физическое развитие, но и изучать духовное и культурное наследие, формировать стремление к здоровому образу жизни.

2.1 Направление программы внеурочной деятельности «Народные игры».

Программа «Народные игры» имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

2.2. Отличительные особенности программы «Народные игры»

Предлагаемая программа по внеурочной деятельности знакомит учащихся с играми разных народов, игровыми ситуациями, в которых отражаются национальный аспект, истоки самобытности культуры каждого народа. Процесс формирования первичных умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей, ведь детские подвижные игры несут огромную, и может быть самую важную роль в физическом развитии ребенка.

2.3 Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

Новизна программы в том, что она объединила в себе теоретические сведения об игровых традициях русского народа и других народов, учитывает потребность детей младшего школьного возраста в двигательной активности, позволяет формировать осознанный выбор здорового образа жизни, создает эмоционально положительную основу для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена тем, что подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Актуальность внедрения данной программы объясняется тем, что в последнее время исследования ученых показали, что резко снизилась двигательная активность детей, народные игры почти исчезли, поэтому задача

учителя сделать этот вид деятельности частью жизни детей, обеспечить увеличение двигательной активности, как одного из способов поддержки здоровья..

Практическая значимость данной программы заключается в том, что она создаёт условия возрождения народных подвижных игр и помогает делать досуг детей содержательным и полезным.

Программа составлена в соответствии с требованиями:

- Федерального Государственного Стандарта для начальной школы;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. В играх воспитывается сознательная дисциплина, дети приучаются к соблюдению правил, справедливости, умению контролировать свои поступки, правильно и объективно оценивать поступки других. Подвижные игры - самое лучшее лекарство для детей от двигательного «голода»- гиподинамии. Эти игры имеют ярко выраженный эмоциональный характер. Играя, ребенок испытывает радость. Народные игры являются частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к родной стране.

2.4 Цель и задачи программы внеурочной деятельности «Народные игры».

Цель

-приобщить детей через народную игру к русской национальной культуре и дать представление о других национальных культурах.

Задачи:

обучающие

- знакомство детей с многообразием народных игр;
- приобщение учащихся к национальной культуре России;
- обучение детей самостоятельности в организации и проведении игр;

воспитательные

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, навыков здорового образа жизни.

развивающие

- развитие навыков совместной деятельности, умения сотрудничать со сверстниками, согласовывать собственное поведение с поведением других детей, навыков толерантного поведения.

2.5 Возраст детей, участвующих в реализации программы внеурочной деятельности «Народные игры»

Программа рассчитана на детей **младшего школьного возраста**.

Народные игры, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности. Таким образом, народные игры представляют собой сознательную инициативную

деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности других народов в физкультурном аспекте деятельности.

2.6 Сроки реализации программы внеурочной деятельности.

Срок реализации программы внеурочной деятельности «Народные игры» - три года.

Занятия проводятся 1 раз в неделю во внеурочное время. Общее количество занятий - 102 часа.

Занятия по программе внеурочной деятельности младших школьников «Народные игры» проводятся в форме игр, бесед.

Подразумевается, что по окончании занятий учащиеся будут обладать определенной суммой знаний по культурно-историческому наследию русского народа, а также приобретут навыки самостоятельной организации и проведения народных подвижных игр в своё свободное время.

2.7 Ожидаемые результаты.

Программа направлена на формирование и развитие универсальных учебных действий:

Личностные УУД:

- самостоятельность принятия правильных решений;
- развитие ловкости, гибкости, силы, моторики рук, воображения, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы и законы физики.
- формирование устойчивых знаний и навыков выполнения игровых ситуаций.

Регулятивные УУД:

- Умение принимать и сохранять учебную задачу
- Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей;
- Адекватно воспринимать оценку учителя
- Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Познавательные УУД:

- знать историческое наследие русского народа и русских народных игр;
- соблюдать традиции русских народных праздников;
- владеть культурой общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

Коммуникативные УУД:

- Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- Задавать вопросы, адекватно использовать речь;

- Уметь работать группой;
- 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.)

2.8. Формы подведения итогов реализации программы внеурочной деятельности «Народные игры»

Итогом работы и формой способом проверки сформированности ожидаемых результатов по программе «Народные игры» может стать праздник «День любимых игр»

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем участия в соревнованиях (школьных, районных), эстафетах, конкурсах, участие в проведении общешкольных мероприятиях: День Здоровья, игра «Зарница».

3. Учебный план

№п/п	Раздел программы	1 год		2 год		3 год	
		Количество часов					
		теори я	практи ка	теори я	практи ка	теори я	практ ика
1	Знакомство с историей возникновения народных игр.	1ч		1 ч		1 ч	
2	Традиции и обычаи русского народа.		1 ч	1 ч	1 ч	1 ч	1ч
3	Игры с бегом		3 ч		4 ч		5 ч
4	Игры с мячом		4 ч		2 ч		3 ч
5	Игры с прыжками		4 ч		4 ч		3 ч
6	Зимние игры	0,5 ч	4, 5 ч	0, 5	5, 5 ч	0, 5	6, 5
7	Игры – аттракционы		2 ч		-		-
8	Игры с короткой скакалкой		2 ч		2 ч		-
9	Старинные народные игры	0, 5	4, 5 ч	0, 5	4, 5 ч	0, 5	4, 5 ч
10	Игры с элементами футбола	0, 5 ч	2, 5 ч		2 ч		2 ч
11	Общеразвивающие игры		2 ч		2 ч	0, 5	1, 5 ч
12	Игры, развивающие метательные способности		1 ч	0, 5	2, 5 ч	0, 5	2, 5 ч
13	Итоговое занятие «День любимых игр»		1 ч		1 ч		1 ч
	Всего	2, 5 ч	31, 5 ч	3, 5	30, 5	4	30
	Итого за год	34 ч		34 ч		34 ч	

4. Учебно-тематический план

4.1 Первый год обучения

№ п/п	Разделы программы и темы учебных занятий	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
	Знакомство с историей возникновения народных игр.	1		
1	Вводное занятие. Знакомство с историей возникновения народных игр и с культурными традициями.		1	
	Традиции и обычаи русского народа	1		
2	Традиции и обычаи русского народа. Игра “Огородник”.			1
	Игры с бегом	3		
3	Игры с бегом “Казачьи- разбойники”.			1
4	Игры с бегом «Рыбаки и рыбки»			1
5	Игры с бегом «Достань шапку»			1
	Игры с мячом	4		
6	Игры с мячом “Мячик кверху”.			1
7	Игры с мячом “Мяч по кругу”.			1
8	Игры с мячом “Выгони мяч”.			1
9	Игры с мячом “Блуждающий мяч”.			1
	Игры с прыжками	4		
10	Игры с прыжками “Заяц без дома”.			1
11	Игры с прыжками “Попрыгунчики”, “Второй лишний”.			1
12	Игры с прыжками “Лягушата и цыплята”.			1
13	Игры с прыжками «Здравствуй, сосед»			1
	Зимние игры	5		
14	Знакомство с зимними играми. Зимние игры.		0, 5	0. 5

	“Снежный тир”			
15	Зимние игры “Два мороза”			1
16	Зимние игры “Снежный город”			1
17	Зимние игры “Бобслей на снегу”			1
18	Зимние игры “Футбол на снегу”.			1
	Игры - аттракционы	2		
19	Игры-аттракционы “Неуловимый шнур”. «Вернись в круг»			1
20	Игры – аттракционы “Горелки”.			1
	Игры с короткой скакалкой	2		
21	Игры с короткой скакалкой. Эстафеты.			1
22	Игры с короткой скакалкой “Забегалы”.			1
	Старинные народные игры	5		
23	Старинные народные игры “ Собачка ”.		0, 5	0. 5
24	Старинные народные игры «Посигутки»			1
25	Старинные народные игры “Гуси- лебеди”.			1
26	Старинные народные игры “Ляпка”.			1
27	Старинные народные игры “Петушинный бой”.			1
	Игры, развивающие метательные способности	1		
28	Игры, развивающие метательные способности «Выбей из круга»			1
	Общеразвивающие игры	2		
29	Общеразвивающие игры «Луна или солнце»			1
30	Общеразвивающие игры «Заплетись плетень»			1
	Игры с элементами футбола	3		
31	Знакомство с играми с элементами футбола. Игры с элементами футбола “Салки с футбольным мячом”		0,5	0. 5

32	Игры с элементами футбола “Меткий футболист”.			1
33	Игры с элементами футбола “Эстафеты с элементами футбола”.			1
	Итоговое занятие	1		
34	День любимых игр			1
		34	2, 5	31, 5

4.2 Второй год обучения

№ п/п	Разделы программы и темы учебных занятий	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
	Знакомство с историей возникновения народных игр	1		
1	Вводное занятие. Знакомство с историей возникновения народных игр.		1	
	Игры с бегом	4		
2	Игры с бегом “Горелки”, “Воробушки и Кот”			1
3	Игры с бегом “Хлоп, хлоп убегай»			1
4	Игры с бегом “Катание на тройках”			1
5	Игры с бегом. Русские народные игры “Гуси”, “Коршун”.			1
	Игры с мячом	2		
6	Игры с мячом “Мяч среднему”, “Попади в мяч”			1
7	Игры с мячом “Метко в цель”			1
	Традиции и обычаи русского народа	2		
8	Традиции и обычаи русского народа. Русская народная игра “Пчелки и ласточки”.		0, 5	0, 5
9	Современные традиции, пришедшие к нам от предков. Русская народная игра “Змейка”.		0, 5	0, 5
	Игры с прыжками	4		
10	Игры с прыжками “Прыгающие воробушки”.			1
11	Игры с прыжками “Прыжки по кочкам”.			1
12	Игры с прыжками “Котлы”.			1
13	Игры с прыжками «Скок перескок»			1
	Зимние игры	6		
14	Ознакомление с традициями и обычаями русского народа, характерно для зимнего времени года. Зимние забавы и развлечения. “Снежки”, катание с горки на санках.		0, 5	0, 5
15	Применение игр, забав и развлечений зимой.			1

	Элементы русских игр единоборств: забавы и развлечения, “Царь горы”.			
16	Зимние игры “Эстафета без палок»			1
17	Зимние игры “Снежная крепость”.			1
18	Зимние игры “Ловкие”.			1
19	Зимние игры “Бобслей на снегу”.			1
	Игры, развивающие метательные способности	3		
20	Игры, развивающие метательные способности “Салки с мячом”.		0, 5	0, 5
21	Игры, развивающие метательные способности «Ловля оленей»			1
22	Игры, развивающие метательные способности «Игра в башню»			1
	Игры с короткой скакалкой	2		
23	Игры с короткой скакалкой “Зеркало”.			1
24	Игры с короткой скакалкой “Алфавит”.			1
	Общеразвивающие игры	2		
25	Общеразвивающие игры «Юрта»			1
26	Общеразвивающие игры «Двенадцать записок»			1
	Старинные народные игры	5		
27	Старинные народные игры. Русская народная игра “Бабки».		0, 5	0, 5
28	Старинные народные игры “Дедушка- рожок”, “Платочек - летуночек”.			1
29	Старинные русские игры “Шишки, желуди, орехи”			1
30	Старинные русские игры “Филин и пташки»			1
31	Старинные народные игры «Лапти»			1
	Игры с элементами футбола	2		
32	Игры с элементами футбола “Слепой футболист”.			1
33	Игры с элементами футбола “Скользкая цель”.			1
	Итоговое занятие	1		
34	День любимых игр			1
		34	3, 5	30, 5

4.3 Третий год обучения

№ п/п	Разделы программы и темы учебных занятий	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
	Знакомство с историей возникновения народных игр.	1		
1	Вводное занятие. Знакомство с историей возникновения народных игр.		1	
	Игры с бегом	5		
2	Игры с бегом “Кенгуру”			1

3	Игры с бегом “Птицелов”			1
4	Игры с бегом «Здравствуй, догони»			1
5	Игры с бегом «Колдун»			1
6	Игры с бегом «Посадка картошки»			1
	Игры с мячом	3		
7	Игры с мячом “Гонка мячей по шеренгам”, “Гонка мячей по кругу”			1
8	Игры с мячом “Выиграй время дальними бросками”			1
9	Игры с мячом “Пятнашки с мячом”.			1
	Традиции и обычаи русского народа	2		
10	Традиции и обычаи русского народа. “Чив, чив, воробей”.		0,5	0,5
11	Традиции и обычаи русского народа. Русские народные игры “Золотые ворота” и “Коршун”		0,5	0,5
	Игры с прыжками	3		
12	Игры с прыжками “Зайцы и морковь”			1
13	Игры с прыжками “Лягушата и цапля”.			1
14	Игры с прыжками «Скок перескок»			1
	Зимние игры	7		
15	Традиции и обычаи русского народа, характерные для зимнего времени года. Зимние забавы и развлечения. “Снежки”, катание с горки на санках.		0, 5	0, 5
16	Зимние игры “Соревнование с флажками”.			1
17	Зимние игры “Игры парами”.			1
18	Игры на санках “Дружные шеренги”.			1
19	Игры на санках “Снежки”.			1
20	Зимние игры «Пятнашки на санках»			1
21	Игры на санках “С горки на санках”			1
	Игры, развивающие метательные способности	3		
22	Игры, развивающие метательные способности “Пушки и мортиры”.		0, 5	0, 5
23	Игры, развивающие метательные способности “Рикошет”.			1
24	Игры, развивающие метательные способности «Выбей из круга»			1
	Старинные народные игры	5		
25	История изучаемых народных игр. Старинные народные игры “Подмигиши”		0, 5	0. 5
26	Старинные народные игры. “Городки”			1
27	Старинные народные игры “Русская лапта”			1
28	Старинные народные игры «Горелки»			1

29	Старинные народные игры «Чехарда»			1
	Общеразвивающие игры	2		
30	Народные игры как средство физической культуры. Общеразвивающие игры. «Цепи - кованы», «Ловишки», «Хвостики»		0, 5	0, 5
31	Общеразвивающие игры «Эстафеты зверей».			1
	Игры с элементами футбола	2		
32	Игры с элементами футбола «Слепой футболист», «Скользкая цель».			1
33	Игры с элементами футбола «Меткий футболист».			1
	Итоговое занятие	1		
34	День любимых игр			1
		34	4	30

5. Содержание программы

1 год обучения

Раздел 1. Знакомство с историей возникновения народных игр

Вводное занятие. Знакомство с краткими историческими сведениями о прохождении и развитии народных игр;

Раздел 2. Традиции и обычаи русского народа.

Традиции и обычаи русского народа. Игра «Огородник».

Раздел 3. Игры с бегом

Особенности игр с бегом. «Казачьи разбойники», «Рыбаки и рыбки», «Достань шапку»

Раздел 4. Игры с мячом

Эти игры для того, чтобы играть одной большой командой. Здесь все вместе и каждый за себя. Умение быть в коллективе и вместе с тем постоять за себя очень ценное качество. «Мячик кверху», «Мяч по кругу», «Выгони мяч», «Блуждающий мяч».

Раздел 5. Игры с прыжками

Правила и содержание игр с прыжками. Игры: «Заяц без дома», «Попрыгунчики», «Второй лишний», «Лягушата и цыплята», «Здравствуй, сосед»

Раздел 6. Зимние игры

Зимой с детьми организуется катание на санках, игры в снежки, сооружение построек.

Инструктаж по технике безопасности во время проведения игр зимой на воздухе.

Знакомство с зимними играми. Зимние игры: «Снежный тир», «Два мороза», «Снежный город», «Бобслей на снегу», «Футбол на снегу».

Раздел 7. Игры – аттракционы

Игры-аттракционы «Неуловимый шнур», «Вернись в круг», «Горелки».

Раздел 8. Игры с короткой скакалкой

Игры с короткой скакалкой. Эстафеты. «Забегалы».

Раздел 9. Старинные народные игры

Знакомство с наличием игр у других народов. Старинные народные игры: «Собачка», «Посигутки», «Гуси- лебеди», «Ляпка», «Петушинный бой».

Раздел 10. Игры, развивающие метательные способности

Теоретические сведения об играх с метанием предметов. Игра «Выбей из круга»

Раздел 11. Общеразвивающие игры

Особенности общеразвивающих игр. «Луна или солнце», «Заплетись плетень»

Раздел 12. Игры с элементами футбола

Знакомство с играми с элементами футбола. Игры с элементами футбола «Салки с футбольным мячом», «Меткий футболист», «Эстафеты с элементами футбола».

Раздел 13. Итоговое занятие

День любимых игр

2 год обучения

Раздел 1. Знакомство с историей возникновения народных игр

Вводное занятие. Знакомство с историей возникновения народных игр.

Раздел 2. Игры с бегом

Особенности игр с бегом. Игры с бегом «Горелки», «Воробушки и Кот», «Хлоп, хлоп убегай», «Катание на тройках», «Гуси», «Коршун».

Раздел 3. Игры с мячом

Особенности игр с мячом. Игры с мячом «Мяч среднему», «Попади в мяч», «Метко в цель»

Раздел 4. Традиции и обычаи русского народа

Традиции и обычаи русского народа. Русская народная игра «Пчелки и ласточки». Современные традиции, пришедшие к нам от предков. Русская народная игра «Змейка».

Раздел 5. Игры с прыжками

Особенности и правила игр с прыжками. Игры с прыжками: «Прыгающие воробушки», «Прыжки по кочкам», «Котлы», «Скок перескок»

Раздел 6. Зимние игры

Ознакомление с традициями и обычаями русского народа, характерно для зимнего времени года. Зимние забавы и развлечения. «Снежки», катание с горки на санках. Применение игр, забав и развлечений зимой. Элементы русских игр единоборств: забавы и развлечения, «Царь горы», «Эстафета без палок», «Снежная крепость», «Ловкие», «Бобслей на снегу».

Раздел 7. Игры, развивающие метательные способности

Подбрасывание и ловля мяча, перебрасывание мяча друг другу. «Салки с мячом», «Ловля оленей», «Игра в башню»

Раздел 8. Игры с короткой скакалкой

Прыжки на месте (на одной и двух ногах) со скакалкой с места и с разбега. Игры: «Зеркало», «Алфавит».

Раздел 9. Общеразвивающие игры

Отличительные особенности общеразвивающих и поисковых игр «Юрта», «Двенадцать записок»

Раздел 10. Старинные народные игры

Культурные традиции игр. Народные игры: «Бабки», «Дедушка- рожок», «Платочек – летуночек», «Шишки, желуди, орехи», «Филин и пташки», «Лапти»

Раздел 11 Игры с элементами футбола

Русские народные игры, подводящие к отдельным видам спорта. Игры с элементами футбола «Слепой футболист», «Скользкая цель».

Раздел 12. Итоговое занятие

День любимых игр

3 год обучения

Раздел 1. Знакомство с историей возникновения народных игр.

Вводное занятие. Знакомство с историей возникновения народных игр.

Раздел 2. Игры с бегом

Особенности игр с бегом. Игры с бегом «Кенгуру», «Птицелов», «Здравствуй, догони», «Колдун», «Посадка картошки»

Раздел 3. Игры с мячом

Игры с мячом «Гонка мячей по шеренгам», «Гонка мячей по кругу», «Выйграй время дальними бросками», «Пятнашки с мячом».

Раздел 4. Традиции и обычаи русского народа

Традиции и обычаи русского народа. «Чив, чив, воробей». Русские народные игры «Золотые ворота», и «Коршун»

Раздел 5. Игры с прыжками

Игры с прыжками «Зайцы и морковь», «Лягушата и цапля», «Скок перескок»

Раздел 6. Зимние игры

Традиции и обычаи русского народа, характерные для зимнего времени года. Зимние забавы и развлечения. «Снежки», катание с горки на санках. «Соревнование с флажками», «Игры парами», «Дружные шеренги», «Снежки», «Пятнашки на санках», «С горки на санках»

Раздел 7. Игры, развивающие метательные способности

Игры, развивающие метательные способности «Пушки и мортиры», «Рикошет», «Выбей из круга»

Раздел 8. Старинные народные игры

История изучаемых народных игр. Старинные народные игры «Подмигиши», «Городки», «Русская лапта», «Горелки», «Чехарда»

Раздел 9. Общеразвивающие игры

Народные игры как средство физической культуры. Общеразвивающие игры. «Цепи – кованы», «Ловишки», «Хвостики», «Эстафеты зверей».

Раздел 10. Игры с элементами футбола

Русские народные игры, подводящие к отдельным видам спорта. Игры с элементами футбола «Слепой футболист», «Скользкая цель», «Меткий футболист».

Раздел 11. Итоговое занятие

День любимых игр

6. Методическое обеспечение программы

Теоретический материал программы лучше давать темами, сообщение знаний организовывать в форме бесед (групповых или индивидуальных) до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности.

Практические упражнения объединяются в комплексы, которые периодически изменяются, обновляются; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

Занятия проводятся интегрировано. При проведении занятий должны быть учтены особенности организма учащихся, его пониженные функциональные возможности, также то, что в группе могут быть ученики с различным диагнозом. Поэтому индивидуальный подход должен быть одним из основных принципов организации занятий.

Педагогические возможности преподавания содержания программы «Народные игры» будут эффективны, так как учащиеся учатся оценивать свою и чужую деятельность с точки зрения законов природы. А это первый шаг к формированию привычек ведения здорового образа жизни.

Программа реализуется через проведение практических и теоретических занятий. Занятия проводятся в игровой форме.

Каждое занятие включает в себя следующие этапы:

1. Орг. момент и сообщение целей занятия, инструктаж.
2. Игры малой подвижности (повторение изученных игр, разучивание новой игры).
3. Подвижные игры (повторение изученных игр, разучивание новой игры).
4. Игры малой подвижности
5. Итог занятия.

Независимо от способов организации занятия сохраняются требования к оптимальной двигательной нагрузке учащихся в зависимости от их подготовленности и с учетом техники безопасности для предупреждения травм на занятии. Занятия проходят в игровой форме. В занятие включаются игры из разных разделов. При объяснении игры, подразумевает знакомство детей с историей её возникновения.

Игра должна приносить радость. Не заставляем ребенка играть, а создаем условия для возникновения интереса. Создаем в игре непринужденную обстановку. Не сдерживаем двигательную активность детей. Не навязываем детям игровой материал. Хвалим ребенка за успехи. Строим свое взаимоотношение с детьми на взаимном доверии, искренне разделяем с ним радость. Игры проводятся в проветренном помещении или на свежем воздухе. объяснение правил игры должно быть кратким, четким, но понятным, ярким и образным. Сопровождается показом, демонстрацией отдельных этапов игры.

В конце каждой четверти, во время каникул, проводится «День Здоровья»- это занятие - праздник, который является своеобразным итогом работы. Ребята играют в понравившиеся игры, рассказывают об истории возникновения игр.

Для реализации программы необходимо помещение спортивного зала, спортивная площадка. Для многих игр нужны: мяч, скакалка, мел.

7. Литература

1. М. Н. Жуков «Подвижные игры», - Москва. АКАДЕМА, 2000 г.
2. В. Копылов журнал «Народное образование»№2, 2005
3. О. С. Газман, Н.Е.Харитонова «В школу с игрой» - Москва. Просвещение, 1991

4. Елкина Н. В., Мариничева О. В. “Учим детей наблюдать и рассказывать” – Ярославль. «Академия развития», 1997
5. Качашкин В. М. «Методика физического воспитания» - Москва. «Просвещение», 1980
6. Матюшок М. Т. «Анатомия, физиология и гигиена младшего школьного возраста» Москва, 1994
7. Большая энциклопедия игр - М.: издательство «Росмен-пресс», 2002
8. Детские подвижные игры народов СССР/ сост.А.В. Кенеман – М.: Просвещение, 1989
9. Минский Е. М. «Игры и развлечения в группе продленного дня» - М.: Просвещение, 2002
10. Э. Я. Степаненкова. Теория и методика физического воспитания и развития младшего школьника. М., 2001.