

Рабочая программа кружка «Веселые ребята»

Организация кружка начинается с подготовки помещения, приобретение спортивного инвентаря и оборудования. От этого зависит во многом успешная деятельность коллектива. Материальное освещение кружковых занятий постоянно должны быть в поле зрения педагога. Основу учебно - материальной базы, на которой в массовой школе можно осуществлять занятия спортивной деятельности, составляют учебный спортивный зал, спортивная площадка и их учебное оборудование.

Кружок «Веселые ребята» ориентирован на работу с учащимися от 7 до 8 лет. В кружке 10-12 человек, иначе руководитель не может вести работу с учащимися, основанную на коллективной игре, так как дети имеют разные спортивные данные.

Продолжительность одного занятия 1 час, более длительные занятия могут привести к утомлению детей, снижению темпа работы, нарушению координации движений и в конечном итоге к травматизму.

Занятия спортивной деятельностью должно быть увлекательно. Интерес, увлеченность спортом замедляют наступление утомления и ослабляют его. В процессе увлеченной, целенаправленной работы спортивной деятельностью школьники нередко забывают, что нужно отдохнуть. Тем не менее, через определенные промежутки нужно делать небольшие перерывы, передышки, предупреждая появление в нервной системе школьников охранительного торможения.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Кружки спортивной деятельности всегда имели популярность среди детей. Возможность проявить свои спортивные способности привлекают эти кружки.

Задачи педагога – относится к спортивным играм не только как к забаве, но и как к средству развитию здорового образа жизни. Во время спортивных игр руководитель должен учитывать психологию детей, так как дети имеют различные способности и темперамент свойственный только ему.

Работа с детьми в кружке «Веселые ребята» должна способствовать развитию физических данных ребенка. Занимаясь в кружке, учащиеся развивают умения навыки и способности преодолевают физические нагрузки.

Кружок «Веселые ребята» нужно организовать и в летнем школьном лагере.

В кружке занимаются школьники 1 класса.

Программа кружковой работы рассчитана на 36 часов и 3 часа в школьном лагере.

Для организации нормальной работы кружка в каждой группе должно заниматься не более 12 человек.

Программа кружка содержит теоретическую и практическую часть.

На занятиях ребята знакомятся с историей различных видов спорта, с выдающимися спортивными командами и спортсменами, с различными подвижными играми.

Для изложения теоретических вопросов используются такие методы работы, как беседа, анализ и различные упражнения.

Практическая работа включает различные упражнения, подвижные игры.

Занятия кружка необходимо проводить в помещении с хорошим освещением, вентиляцией и полным комплектом спортивного инвентаря. Обстановка и спортивный и настрой помогают в учебном процессе, способствуют трудовому и спортивному успеху.

Оборудование занятий кружка «Веселые ребята» очень важно для насыщенности и интереса, так как разнообразие стимулирует детей. Наиболее распространенные и доступные игры улучшают успеваемость и насыщенность кружка.

Для занятий кружковцы должны иметь спортивную форму и спортивную обувь, а также систематически посещать кружок для того чтобы спортивные навыки улучшались.

Для проведения занятий должен быть наглядный материал: таблицы, методическое пособие, проведение бесед по истории спорта, примеры спортивных достижений в жизни школы и в мире, сведения олимпийских игр, о способностях человеческого организма.

На первых занятиях ребят надо познакомить с правилами поведения, с традициями, рассказать о планах работы кружка.

Приступая к занятиям на спортивной площадке или в спортивном зале, преподаватель должен сообщить детям правила безопасности и следить за их выполнением каждое занятие.

Для проведения различных подвижных игр нужно обязательно вспомнить правила игры.

Ребята, добиваются успехов и активно участвующие в жизни коллектива, получают грамоты. Такие кружковцы, следуя закону «научился сам – научи других», могут самостоятельно организовать и вести различные игры с детьми на переменах, в школьном лагере, передовая своим товарищам знания, полученные на занятиях кружка.

Итоги кружка подводятся на отчетных соревнованиях намеченные по плану проведения спортивной жизни школы, где кружковцы могут показать свои спортивные умения и навыки, которые они приобрели, занимаясь в кружке.

Примерный тематический план			
Тема	Количество часов		
	общее	теория	практика
Вводное занятие и основы знаний о физической культуре.	2	На каждом занятии	
Подвижные игры	10	10	10
Эстафеты	8	8	8
Подвижные игры (по выбору учащихся)	12	12	12
Спортивные игры	6	6	6
Итого:	36 (3)		

ЗАДАЧИ:

1. Укреплять здоровье, улучшать осанку, развивать координацию.
2. Формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей.
 - выработку представлений об основных видах спорта;
 - приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми.
3. воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения друг к другу.
4. вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитать ценностных ориентаций на здоровый образ жизни.

Содержание программного материала

Вводное занятие. План и задача кружка. Правила поведения в кружке. Правила безопасности.

Естественные основы. Здоровье и развитие человека. Строения тела и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечнососудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека. Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение основных движений с различной скоростью. Выявление работающих групп мышц. Изменение роста,

веса и силы мышц. Влияние возрастных особенностей организма и его двигательной функции на физическое развитие и физическую подготовленность школьников. Защитные свойства организма и профилактика средствами физической культуры.

Социально-психологические основы. Влияние физических упражнений, закалывающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепления здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием. Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развитие мышц. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечение их общеукрепляющей и оздоровительной направленности, предупреждение травматизма и оказание посильной помощи при травмах и ушибах.

Культурно - исторические основы. Основы истории возникновения и развития олимпийского движения, физической культуры и отечественного спорта. Физическая культура и ее значение в формировании здорового образа жизни современного человека.

Подвижные игры. Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила проведения и безопасность.

Футбол и мини-футбол. Краткие исторические сведения. Правила игры. техника удара по мячу. Техника приема мяча. Техника ведения мяча. Техника безопасности. Различные исторические сведения о возникновении футбола и других игр схожих с ним.

Практические занятия. Проведения соревнований кВ кружке, соревнований намеченных по плану школы, вовлекать не только детей из кружка, но и других учащихся школы. В конце года обязательно оценить достижение каждого ребенка и подвести итоги работы за год.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Дата
1	Инструктаж технике безопасности на спортивной площадке во время занятий. Рассказ « История развития физической культуры». Игры по выбору учащихся. Знакомство с планом работы в кружке.	
2	Рассказ « Физическая культура в России». Правила подвижных игр «Кошки - мышки», «Воробьи и кто», «Ловишка».	
3	Правила игр «Жмурки», «Совушка», «Удочка», «Затейники».	
4-5	Правила игр «Воробьи и вороны», «Перелет птиц», «день и ночь», «Удочка», «Жмурки», «Совушка», «Кошки - мышки», «Ловишка».	
6-7	Правила игр «Салки», «Воробьи и вороны», «Перестрелка», «Угадай, чей голосок?».	
8	Игры по выбору учащихся (объясняя правила игры).	
9	Инструктаж технике безопасности в спортивном зале. Рассказ «Как родился всемирный спортивный праздник». Правила проведения эстафет. Эстафеты без предметов.	
10	Рассказ «Возрождение Олимпийских игр». Эстафеты без предметов.	
11	Рассказ «Олимпийские принципы, традиции, правила. Эстафеты с мячом, «Преодоление препятствий», «Кенгуру», «Сильные и ловкие».	
12-13	Подготовка к соревнованию в кружке между начальными классами, эстафеты. «Веселые старты». Инструктаж по технике безопасности во время соревнований.	
14	Рассказ «Зимние виды спорта (зимние Паралимпийские игры)». Игры эстафеты: «Со скакалкой», «Шашисты», «Перекасти мяч».	
15-16	Эстафеты с различными предметами (скакалками, мячами, палками. гимнастическими скамейками и матами, другими предметами). «К старту готовы», «Передача мяча с бегом», эстафета с элементами	

	равновесия, круговая эстафета.	
17-18	Инструктаж технике безопасности. «В каких видах спорта соревновались атлеты – олимпийцы». Правила игр. «Не давай мяч водящему», «Веровочка под ногами», игры по выбору учащихся.	
19	Правила игр: «Запрещенное движение», «Удочка». Игры по выбору учащихся с объяснением правил игры и проведения.	
20-22	Правила игр: «Рывок за мячом», «Наседка и ястреб», «Пингвины», «перемени предмет». игры по выбору учащихся с объяснением правил и проведения.	
23-24	Подвижные игры на свежем воздухе. Техника безопасности во время проведение игр на свежем воздухе. По выбору учащихся.	
25-26	Подвижные игры. Техника безопасности во время проведение игр на свежем воздухе. Перед игрой повторить правила игры. Проверить, как дети знают правила игр.	
27-31	инструктаж по технике безопасности. Повторить правила игры в футбол. Игры в футбол. Рассказы: «Футбол – игра предосудительная», «Да здравствует король игр!», «Отчего родиной футбола считается Англия?», «Очень необычный футбол», «Мяч похож на дыню», «Родственники регби», «В какой футбол играли в Америке?». Техника удара по мячу, техника приема мяча, техника ведения мяча.	
32	Игра в футбол. Правила игры. техника безопасности на спортивной площадке.	
33-34	Эстафеты, подвижные игры на свежем воздухе. Повторить правила безопасности. Правила игры.	
35-36	Итоги работы кружка за год. Награждение активных кружковцев. План работы в летнем школьном лагере. Поход на природу. Спортивные игры по выбору учащихся.	
37-39	Спортивные конкурсы, эстафеты и спортивные игры. разучивание различных шуточных спортивных игр. Беседы о здоровом образе жизни и т.д.	Во время школьного лагеря

ЛИТЕРАТУРА

1. «Настольная книга учителя физической культуры». П.А.Киселев С.Б.Киселева. 2008г.
2. «Справочник учителя физической культуры». П.А.Киселев С.Б.Киселева. 2008г.
3. «Я познаю мир» Детская энциклопедия Спорт. В.И.Малов. 1999г.
4. «Кака сохранить здоровье школьников» (игры, классные часы, родительские собрания) О.Н.Рудякова. 2008г.
5. «Здоровье сберегающая деятельность» Н.В.Лободина Т.Н.Чурилова. 2011г.
6. « Спортивно – оздоровительные мероприятия в школе» (дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы) О.В.Белоножкина и другие. 2008г.
7. «Спортивные праздники круглый год» 1-7 класс. М.Н.Колесник В.И.Трушкин А.Г.Громак.2004г.
8. «Спортивный серпантин» (сценарии спортивных мероприятий для младших школьеиков) Е.А.Гальцова О.П.Власенко. 2007г.
9. «Культура здоровья школьников» Комплексно - тематические занятия 5-11 классы. К.Е.Безух и другие. 2011г.
10. «Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе» М.В.Видякин. 2006г.
11. Пособия для учителя 1-4 класс И.И.Должников.
12. «Подвижные игры» В.Г. ратников.
13. «Я иду на урок физической культуры» книга для учителя. 1-6 класс М.В.Тарасова2013г.

Муниципальное казенное образовательное учреждение
«Дмитриевская средняя общеобразовательная школа»

«Согласовано»

Заместитель директора школы по ВР
Бузунова Н.М.

« ____ » _____ 2013г.

Утверждаю

Директор школы

Вихров С.Г.
« ____ » _____ 2013г.

План
работы кружка
«Веселые ребята»
на 2013-2014 учебный год

Составил учитель
физической культуры
Кайгородова Н.Л.
« ____ » _____ 2013г.

Муниципальное казенное образовательное учреждение
«Дмитриевская средняя общеобразовательная школа»

«Согласовано»

Заместитель директора школы по ВР
Бузунова Н.М.

«___» _____ 2013г.

Утверждаю

Директор школы

Вихров С.Г.
«___» _____ 2013г.

План
работы кружка
«Спортивные игры»
на 2013-2014 учебный год

Составил учитель
физической культуры и
руководитель кружка
Кайгородова Н.Л.
«___» _____ 2013г.

Муниципальное казенное образовательное учреждение
«Дмитриевская средняя общеобразовательная школа»

«Согласовано»

Заместитель директора школы по ВР
_____ Бузунова Н.М.
« ____ » _____ 2013г.

Утверждаю

Директор школы
_____ Вихров С.Г.
« ____ » _____ 2013г.

План
работы кружка
«Мягкая игрушка»
на 2013-2014 учебный год

Составил

руководитель кружка
Кайгородова Н.Л.
« ____ » _____ 2013г.