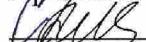


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7

Согласовано на ШМО:

Протокол № 1 от 29.08.2019 г.


подпись

Самохвалова Л.Н.
фамилия И.О.

Согласовано:

Зам. директора по УВР



_____ (Мухамадьярова
Г.А.)

«29 » августа 2019 г.

Утверждено

приказом директора МБОУ СОШ № 7

от «30» августа 2019г.

№ 07-08-273



Рабочая программа по внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

для 2- Г класса

на 2019-2020 учебный год.

Составлена на основе авторской программы «Здоровьесберегающие технологии, 2012г

Учитель- Сулиманова Райзалия Мухлисевна

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» по *спортивному направлению* для 2 класса разработана в соответствии с Законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», от 29.12.2012 г., Федеральным государственным образовательным стандартом НОО (2010 г.), основной образовательной программой начального общего образования МБОУ СОШ №7, уставом школы, положением о внеурочной деятельности и на основе авторской программы Ковалько В.И. «Здоровьесберегающие технологии» изд. Просвещение, 2012 г.

Здоровье – совокупность физических и духовных качеств человека, которые являются основой его долголетия и необходимым условием осуществления творческих планов. Справедлива поговорка: «Деньги потерял – ничего не потерял, время потерял – многое потерял, здоровье потерял – все потерял». Укрепляет здоровье высокая двигательная активность. Современный человек мало двигается. Это состояние превратилось в характерную особенность образа жизни многих людей.

Человеческая личность – это гармония мысли и движения. Отличительной чертой современного человека является его культура личности, которая выражается не только в умении грамотно, красиво и правильно излагать мысли, но и грамотно, красиво и правильно двигаться. Элементарным критерием культуры движений является правильная техника выполнения движений, которая предусматривает наиболее экономичное и эффективное выполнение движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание и т. д.)

При этом ослабляется деятельность сердца, накапливается избыточная масса тела, ослабевают мышечная система. Нарушение нормальных соотношений между мышечными и психическими усилиями приводит к излишнему возбуждению центральной нервной системы. В результате снижается устойчивость организма к инфекциям и психическому напряжению, к перегрузкам разного рода, падает работоспособность. Постоянная посильная физическая нагрузка не только не истощает организм, но повышает его выносливость и устойчивость к болезням. Постоянное общение с природой, свежий воздух, солнце помогают человеку укрепить здоровье и справиться с болезнями. Посильная нагрузка развивает в детях ценные психические качества (настойчивость, волю, решительность, целеустремленность, самообладание) и физические качества (быстроту, силу, ловкость, выносливость); учит овладевать навыками самоконтроля, переключаться с одного вида деятельности на другой.

Цель программы. Путем разучивания народных и развивающих игр, в ходе экскурсий и бесед учить детей вести здоровый образ жизни.

Задачи. Учить четко придерживаться правил игры, определять свое место и свою роль в коллективе во время игры, развивать организаторские способности во время коллективных игр (при подготовке и при проведении игр по желанию), учить общаться друг с другом, с взрослыми и с природой. Учить правильно выполнять основные элементы движений (ходьба, бег, прыжки, игры с мячом, метания и т. д.), вызвать у учащихся начальных классов интерес к своему здоровью, позволив ощутить красоту и радость движения; помогать им укреплять здоровье.

Формировать у учащихся жизненно важные гигиенические умения, навыки и полезные привычки; обучить школьников доступным физкультурным знаниям, двигательным умениям и навыкам.

Добиваться того, чтобы каждый ученик чувствовал себя равноправным членом коллектива, был активным и общительным.

Воспитывать у детей любознательность, честность, творческую инициативу.

