**Аннотация к программе**

**краткосрочного курса по выбору**

**«Подвижные игры»**

для учащихся 5-6 классов

Программа «Подвижные игры» имеет **спортивно-оздоровительную направленность.** Данная программа реализуется в муниципальном общеобразовательном учреждении средней общеобразовательной школе №140 и служит для организации краткосрочных курсов по выбору для школьников 5-6 классов.

**Актуальность программы** в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

**Новизна данной программы** заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия русского народа.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений. Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

**Цель** программы*:* создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

**Задачи**, решаемые в рамках данной программы:

* активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
* познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
* формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
* создавать условия для проявления чувства коллективизма;
* развивать: сообразительность, речь,  воображение,  коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
* развивать умения ориентироваться в пространстве;
* обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям применению их в различных по сложности условиях;
* воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

К концу учебного года учащиеся должны

должны понимать:

* роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

должны знать:

* разные виды подвижных игр;

должны уметь:

* выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
* проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
* владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
* применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

**Содержание курса**

1. Вводное занятие: подвижные игры в школе являются незаменимым средством решения комплекса  взаимосвязанных задач воспитания личности школьников, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.
2. Игры со скакалками: способствуют укреплению здоровья, улучшают внимание, выносливость, появляется чувство ритма, и дают свободу для физического, умственного, эстетического, нравственного развития детей.
3. Игры с бегом: развивают умения детей действовать в изменяющихся условиях правильно, быстро, находчиво, а также ловкость и координацию движений.
4. Игры с прыжками: прыжки укрепляют мышцы ног, брюшного пресса, содействуют развитию быстроты, ловкости, координации движений
5. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: обучение метанию, ловле и передаче мяча, что позволяет развить ловкость, координацию движений, быстроту реакции, а также точность движений и глазомер.
6. Игры для развития внимания: помогают нашим детям развивать очень важную способность - концентрацию внимания.
7. Общеразвивающие игры: развивают память, внимание, наблюдательность, выдержку, воображение и фантазию детей, пополняют словарный запас.
8. Сюжетные игры: развивают абстрактное, творческое мышление ребенка, учат его, как вести себя в тех или иных ситуациях. Различные сюжетные игры способствуют развитию речи
9. Загадки, шарады, каламбуры: развивают сообразительность, умение сопоставлять, сравнивать предметы или явления и находить в них общее.
10. Подведение итогов: выяснить, что нового узнали, чему научились, какие игры понравились больше всего.