



 **Федеральный
Государственный
Образовательный**

СТАНДАРТ

**Организация
внеурочной деятельности
Спортивно-оздоровительное направление
«Корригирующая гимнастика»**

Презентацию подготовил:
Милюсин Владимир Сергеевич
учитель физкультуры
МОУ Оболенская СОШ

Внеурочная деятельность

Под **внеурочной деятельностью** в рамках реализации ФГОС НОО следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального и среднего общего образования.

Задачи

- обеспечить благоприятную адаптацию ребенка в школе
- оптимизировать учебную нагрузку обучающихся
- улучшить условия для развития ребенка
- учесть возрастные и индивидуальные особенности обучающихся

Внеурочная деятельность

Направления развития личности

- спортивно-оздоровительное
- духовно-нравственное
- социальное
- общеинтеллектуальное
- общекультурное

Формы

- экскурсии
- творческие объединения (кружки)
- секции
- круглые столы
- конференции
- диспуты
- КВНы
- школьные научные общества
- олимпиады
- соревнования
- поисковые и научные исследования
- общественно полезные практики

Образовательные учреждения разрабатывают свою модель организации внеурочной деятельности.

Актуальность внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления

События, происходящие в нашей стране, поставили новые задачи перед учителями и организаторами досуга детей. Для педагогов особенно важна задача непрерывности учебно-воспитательного процесса.

Особенность этой задачи в том, чтобы проводить эту работу ненавязчиво, дать возможность детям отдохнуть, сменить вид деятельности и сделать мягкий переход от классно-урочной системы к активным, содержательным видам отдыха: оздоровительной физической культуры, соревнованиям и играм.

Понимание воспитательной ценности физической культуры – важное условие процесса физического воспитания учащихся и формирования их умений самостоятельного овладения ценностями физической культуры, отношения к здоровому образу жизни, потребности двигательной активности.

Детям от природы свойственно выражать себя в движении: бегать, прыгать, размахивать руками. И чаще всего, ребёнок только на уроке физической культуры может дать волю энергии заложенной в нём. Но этого, конечно, не достаточно для того, чтобы дети вдоволь могли подвигаться.

Вот почему в наше время стали так популярны занятия фитнесом, оздоровительной гимнастикой, аэробикой, фитболгимнастикой, подвижными играми. На занятиях дети учатся не только красиво двигаться, преодолевая трудности образовательного процесса, но и развиваться духовно, эмоционально, физически, интеллектуально, приобретают навыки грациозных движений, учатся аккуратности, целеустремлённости.

Новизна программы по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Корректирующая гимнастика» заключается в том, что она направлена не только на укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств ребёнка, но и развитие творческих способностей детей с разной физической подготовкой.

Данная программа является модифицированной и составлена на основе программ по оздоровительной физкультуре. Как и опорная программа, она содержит нормативные требования по физической и специальной подготовке, учебно-тематический план и содержание курса.

Цели и задачи

При разработке программы «Корригирующая гимнастика» учитывались психолого-педагогические закономерности детей младшего и среднего школьного возраста, уровень предшествующей физической подготовки.

Цель: повышение уровня физического развития учащихся, развитие основных физических качеств, снятие психо-эмоционального напряжения у детей, создание условий для развития творческих, физических, художественно-эстетических качеств ребенка посредством занятий оздоровительной физкультурой.

Задачи:

познакомить детей с элементами оздоровительной гимнастики;

научить детей ритмичным упражнениям на развитие подвижности рук, ног, шеи;

развивать начальные физические данные детей (осанку, гибкость);

развивать чувство ритма, музыкальность; развивать критичность и самокритичность;

развивать интерес учащихся к систематическим занятиям физической культурой и

спортом; привить интерес к регулярным занятиям;

воспитывать дисциплинированность, аккуратность, вежливость; воспитывать интерес к

здоровому образу жизни.

Условия для проведения «Корригирующей гимнастики»

- наличие педагогических кадров;
- наличие рабочей программы;
- наличие помещений и оборудования.



Примерная структура занятий внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления

Первая часть

1. Организованный выход, построение.

Ознакомление детей с программой спортивного часа, инструктаж по ТБ.

2. Медленный бег трусцой – 3-4 мин.

3. Ходьба по массажным коврикам, упражнения на дыхание, общеразвивающие упражнения.

4. Оздоровительная гимнастика, фитболгимнастика, дыхательная гимнастика, корригирующая гимнастика

Структура первой части

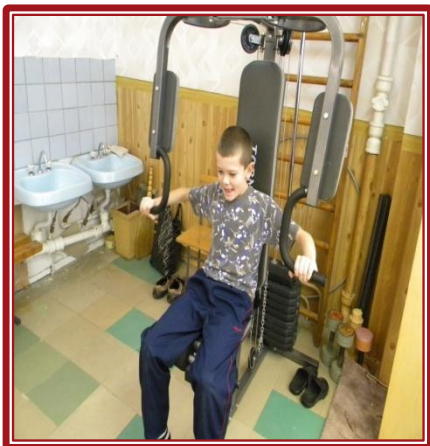


Примерная структура занятий внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления

Вторая часть

1. Занятия на тренажёрах, гимнастических стенках, кольцах, упражнения с предметами с предметами: скакалками ,мячами ,обручами ,палками , роликами .
2. Элементы акробатики.
3. Игры.
4. Эстафеты.
5. Самостоятельные игры и развлечения с использованием мячей, скакалок, спортивно-игрового инвентаря.
6. Подвижные игры малой и средней интенсивности.

Структура второй части



Структура третьей части

Третья часть

1. Медленный бег трусой - 2-3 мин, ходьба до восстановления дыхания.
2. Рефлексия. Самооценка своих способностей (что получилось, что не получилось и почему).



Наши занятия



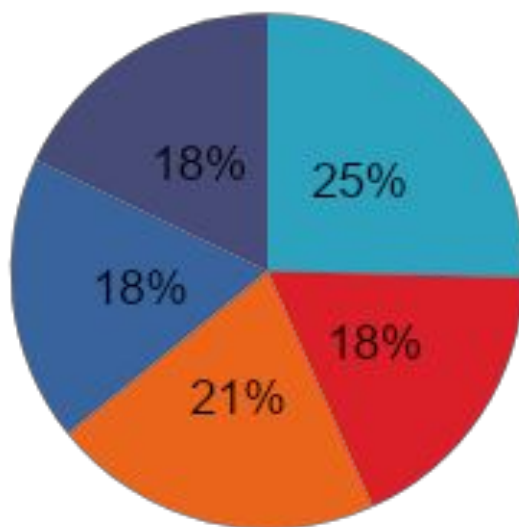
Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение выполнять гимнастические упражнения самостоятельно.
- Умение управлять движениями рук, ног, головы в различных направлениях и в различных темпах;
Умение справляться с заданиями, которые развивают специальную физическую подготовку (выносливость, осанку, гибкость, быстроту, уверенность);
Умение быть самокритичным и критичным; тактично выражать своё мнение по отношению к другим;

Результаты анкетирования учащихся

• Мотивы побуждающие к занятиям «Корректирующей гимнастикой»

- Улучшение состояния здоровья
- Желание выполнять физические упражнения
- Стремление показать свои способности
- удовлетворение потребности в движении
- улучшение физической подготовленности



Результаты анкетирования учащихся

- **Время проведения на улице в выходные дни учащимися начальной школы**

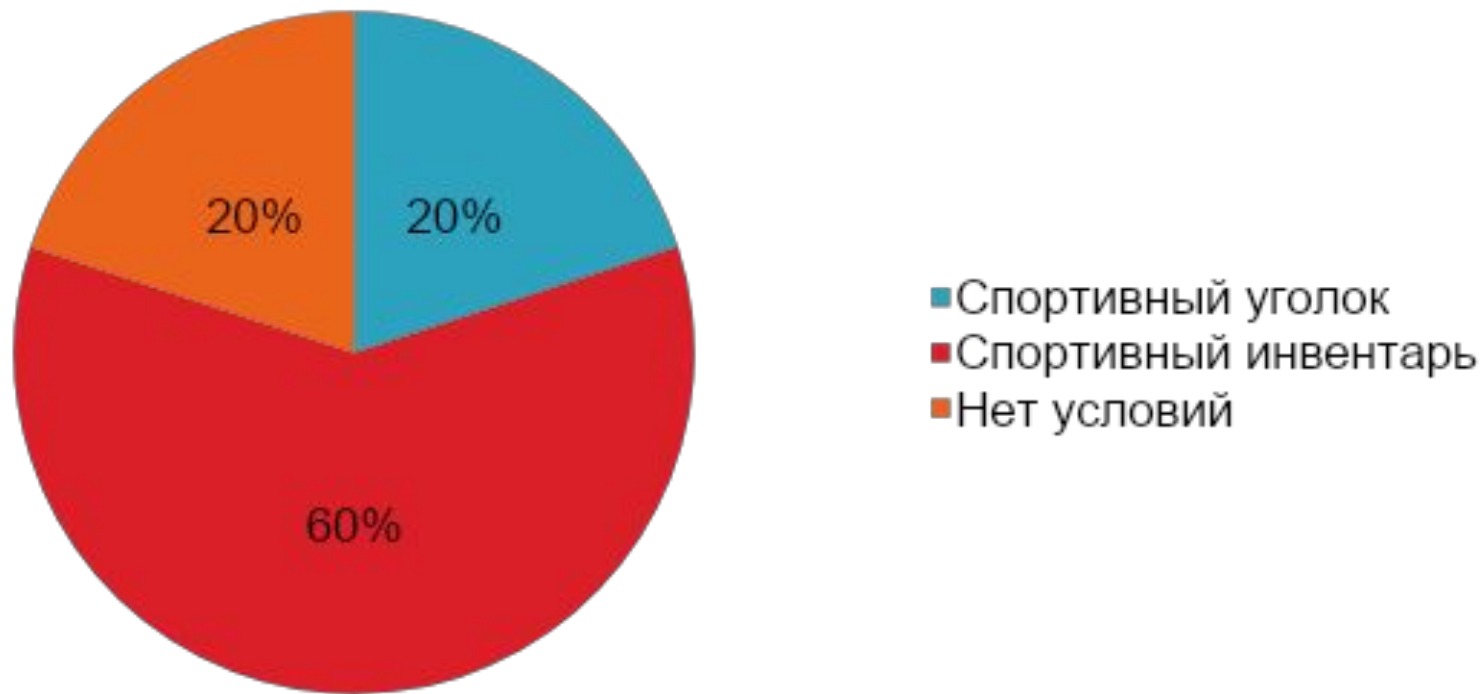


Более 2

20%

Результаты анкетирования учащихся

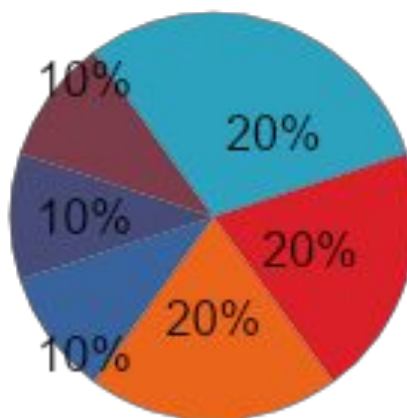
• Условия по физическому развитию дома



Результаты анкетирования учащихся

• Интерес к занятиям в спортивных секциях

- Плавание
- Спортивные единоборства
- футбол
- Волейбол
- Баскетбол
- Гимнастика
- Другие виды 10%



Настольные книги учителя



Цель пособия:

- превратить внеурочную деятельность школьников в полноценное пространство воспитания и социализации личности;
- представлять результаты и эффекты этой деятельности;
- овладеть культурными формами и современным содержанием процесса воспитания.



В сборник вошли

примерные программы, созданные в соответствии с основными направлениями внеурочной деятельности.

Каждая программа включает

учебно-тематический план, содержание курса, список рекомендуемой литературы.

Программы помогут плодотворно и творчески организовать занятия с детьми после уроков в школе.

**Организация
внеурочной деятельности**

«Корригирующая гимнастика»

МИЛЮСИН ВЛАДИМИР СЕРГЕЕВИЧ



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ