

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа пос. Аверьяновский муниципального района
Большечерниговский Самарской области**

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
Протокол № 1

ПРОВЕРЕНО
Заместитель директора по УВР
Пересадына А.Ю.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ
пос.Аверьяновский
Краснова Е.А.

ООШ

от «31» августа 2022 г.

«31» августа 2022г.

Приказ №75 Од
от «31» августа 2022г.

Руководитель МО
Величина А.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Подвижные игры народов России»

Направление: Спортивно-оздоровительная деятельность

Возраст обучающихся 10-11 лет

Срок реализации 1 год

Рабочую программу составил:
Маниленко С.А.
учитель начальных классов
ГБОУ ООШ пос. Аверьяновский

Пояснительная записка

Рабочая программа к курсу «Игры народов России» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и на основе программы «Лучшие спортивные игры для детей и родителей» (авторы: Антонов Ю.А. и др.).

В оздоровительных целях общеобразовательные организации должны создавать условия для удовлетворения биологической потребности школьников в движении (СанПиН 2.4.2.2821-10). С этой целью в учебный план внеурочной деятельности включены кружковые занятия «Игры народов России» (обучение традиционным, национальным, спортивным играм), формируемого школой в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Программа данного курса представляет систему спортивно-оздоровительных занятий для учащихся 4 класса и рассчитана на четвертый год обучения – 34 часа часов (1 час в неделю). Программа четвертого года обучения реализована в рамках учебного плана внеурочной деятельности.

Эти занятия позволяют удовлетворить физиологическую потребность в движении, способствует развитию основных двигательных качеств и поддержанию работоспособности на высоком уровне в течение всего учебного дня, недели, года. На этих занятиях учащиеся разучивают национальные игры, которые имеют многовековую историю сохранились и дошли до наших дней.

Играть для детей - это, прежде всего, двигаться, действовать. Во время подвижных игр у детей, совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость.

Игра является эффективным средством формирования личности школьника, его морально-волевых качеств, в игре реализуется потребность воздействия на мир. Играя, дети усваивают жизненно необходимые двигательные привычки и умения, у них вырабатывается смелость и воля, сообразительность. Большинство подвижных игр требует от участников быстроты. Это игры, построенные на необходимости мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы, игры с внезапными остановками, задержками и возобновлением движений, с преодолением небольших расстояний в кратчайшее время.

Постоянно изменяющаяся обстановка в игре, быстрый переход участников от одних движений к другим способствуют развитию ловкости. Увлекательный игровой сюжет вызывает у участников положительные эмоции и побуждает их к тому, чтобы они с неослабевающей активностью многократно проделывали те или иные приемы, проявляя необходимые волевые качества и физические способности. Для возникновения интереса к игре большое значение имеет путь к достижению игровой цели - характер и степень трудности препятствий, которые надо преодолевать для получения конкретного результата, для удовлетворения игрой. Подвижная игра, требующая творческого подхода, всегда будет интересной и привлекательной для ее участников.

Соревновательный характер коллективных подвижных игр также может активизировать действия игроков, вызывать проявление решительности, мужества и упорства для достижения цели. В подвижных играх у детей развиваются и совершенствуются основные движения, формируются такие качества, как смелость, находчивость, настойчивость, организованность. Подвижные игры имеют большое значение в воспитании сознательной дисциплины у детей, которая является непременным условием каждой коллективной игры.

Подвижная игра - естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. На наш взгляд народные игры призваны донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов. В современном мире повсеместно и неуклонно происходит возрождение древней культуры всех народов, развиваются и совершенствуются национальные традиции в искусстве и литературе, содержащие в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры. Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным

обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора; движения точны и образны, часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами, заманчивыми и любимыми детьми считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший, неповторимый игровой фольклор. На территории Северного Кавказа проживают разные народы, поэтому наблюдается интенсивное взаимопроникновение национальных культур, что связано с территориальным перемещением людей.

Данный курс призван помочь учащимся находить общий язык со сверстниками, пробудить интерес к многонациональной культуре и искусству своего края через игры, увидеть, что у каждого народа есть свои уникальные игры, не похожие на игры остальных народов, но есть и универсальные игры, хорошо известные детям всего мира. Дети, чаще всего сами являются авторами игр. Буквально все - исторические факторы, география региона, особенности национальной культуры и быта, религия, общественные отношения и пр. может стать темой и сюжетом для игры. Логическим завершением курса может стать интернациональная игра, созданная учащимися, которая будет интересна детям всего мира.

Цель: формирование гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Основные задачи:

- создать детям условия для полноценной реализации их двигательных потребностей;
- формировать у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
- развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
- развивать коммуникативные навыки; стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями; развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
- воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
- формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей;
- возрождение традиций русской народной культуры через осознание роли народных игр в жизни людей.

Достижение поставленных задач возможно при выполнении следующих условий:

- формирование у учащихся начальных классов положительной мотивации к двигательной деятельности;
- учет готовности учащихся к разным формам сотрудничества;
- эмоционально-стимулирующее общение учителя с учащимися и учащихся друг с другом;
- занимательность учебной деятельности;
- расширение возможности самостоятельного выбора в решении двигательных заданий.

Программа предполагает проектную деятельность учащихся по темам: «Старинные детские игры», «Во что играл мой дедушка», «Вспомним забытые игры», «Русские игры», «Как появляются новые игры», придумывание зачинов, считалок и т.д.

Планируемые результаты реализации программы

Личностными результатами изучения курса является формирование следующих умений:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметными результатами изучения курса являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами изучения курса являются формирование следующих умений:

Знать:

- ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма;
- иметь представления об истории физкультуры;
- связь физкультуры с трудовой и военной деятельностью человека;

- о положительном влиянии закаливания на здоровье человека;
- правила измерения частоты сердечных сокращений;
- выполнять строевые команды;
- правила ТБ при выполнении акробатических, гимнастических, беговых, прыжковых упражнений;
- технику выполнения гимнастических упражнений на спортивных снарядах.

Уметь:

- определять и кратко характеризовать физкультуру, как занятие физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми;
- характеризовать показатели физического развития, физической подготовки;
- составлять устный режим дня;
- показывать комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- организовывать подвижные игры с элементами соревновательной деятельности;
- выявлять характерные ошибки в выполнении акробатических упражнений;
- взаимодействовать в парах и группах при разучивании подвижных игр;
- описывать технику беговых и прыжковых упражнений, бросков при метании малого мяча;
- излагать правила и условия проведения подвижных игр;
- самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры, управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности, принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;
- выявлять ошибки при выполнении технических действий в спортивных играх;
- соблюдать дисциплину и правила ТБ в условиях учебной и игровой деятельности.

Применять:

- демонстрировать комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток;
- демонстрировать качества силы, координации и выносливости при выполнении упражнений разного вида;

демонстрировать выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения

Учебно – тематический план

<u>№ п/п</u>	<u>Тема занятия</u>	<u>Кол-во часов</u>	<u>В том числе</u>	
			<u>теория</u>	<u>практика</u>
1.	<u>Правила игры и техника безопасности в играх.</u>	<u>1</u>	<u>1</u>	<u>-</u>
1.	<u>«У ребят порядок строгий», «Построимся», «Быстро встать в колонну».</u>	<u>2</u>	<u>=</u>	<u>2</u>
1.	<u>«Правильно – неправильно», «Копна – тропинка – кочки», «Быстро шагай!», «Двенадцать палочек», «Запрещенное движение».</u>	<u>4</u>	<u>=</u>	<u>4</u>
1.	<u>«Салки – ноги от земли», «Медведи и пчёлы», «Эстафета зверей», «Бег сороконожек».</u>	<u>4</u>	<u>=</u>	<u>4</u>
1.	<u>Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Догони свою пару», игра со скакалками.</u>	<u>4</u>	<u>=</u>	<u>4</u>
1.	<u>«Метко в цель», «Мяч соседу», «Мяч на полу», «Передача мячей в колоннах», «Гонка мячей».</u>	<u>3</u>	<u>=</u>	<u>4</u>
1.	<u>«Ловушка», «Горячее место».</u>	<u>2</u>	<u>=</u>	<u>1</u>
1.	<u>«Быстрые и меткие», «Метко в цель».</u>	<u>2</u>	<u>=</u>	<u>2</u>
1.	<u>«На прогулку», «Пустое место», «Хитрая лиса», эстафета.</u>	<u>4</u>	<u>=</u>	
1.	<u>Спортивные викторины.</u>	<u>2</u>	<u>=</u>	<u>2</u>
1.	<u>«Точный расчет», «Метко в цель».</u>	<u>2</u>	<u>=</u>	<u>2</u>
1.	<u>Спортивные соревнования с передачей мяча. «Передача мячей в колоннах», «Гонка мячей», «Охотники и утки», «Бегуны и метатели».</u>	<u>4</u>	<u>=</u>	<u>4</u>
<u>Итого:</u>		<u>34</u>	<u>1</u>	<u>33</u>

Содержание программы

№ п/п	Тема занятия	Универсальные учебные действия
1	<u>Правила игры и техника безопасности в играх.</u>	<u>Знать:</u>
2	<u>«У ребят порядок строгий», «Построимся», «Быстро встать в колонну».</u>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма;</u>
3	<u>«У ребят порядок строгий», «Построимся», «Быстро встать в колонну».</u>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>иметь представления об истории физкультуры;</u>
4	<u>«Правильно – неправильно», «Копна – тропинка – кочки», «Быстро шагай!».</u> <u>«Двенадцать палочек», «Запрещенное движение».</u>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>связь физкультуры с трудовой и военной деятельностью человека;</u>
5	<u>«Правильно – неправильно».</u> <u>«Копна – тропинка – кочки», «Быстро шагай!».</u> <u>«Двенадцать палочек», «Запрещенное движение».</u>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>о положительном влиянии закаливания на здоровье человека;</u> • <u>правила измерения частоты сердечных сокращений;</u>
6	<u>«Правильно – неправильно», «Копна – тропинка – кочки», «Быстро шагай!».</u> <u>«Двенадцать палочек», «Запрещенное движение».</u>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>выполнять строевые команды;</u> • <u>правила ТБ при выполнении акробатических, гимнастических, беговых, прыжковых упражнений;</u>
7	<u>«Правильно – неправильно».</u> <u>«Копна – тропинка – кочки», «Быстро шагай!».</u> <u>«Двенадцать палочек», «Запрещенное движение»</u>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>технику выполнения гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</u>
8	<u>«Салки – ноги от земли», «Медведи и пчёлы».</u> <u>«Эстафета зверей», «Бег сороконожек».</u>	<u>Уметь:</u>
9	<u>«Салки – ноги от земли», «Медведи и пчёлы».</u> <u>«Эстафета зверей», «Бег сороконожек».</u>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>определять и кратко характеризовать физкультуру, как занятие физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми;</u>
10	<u>«Салки – ноги от земли», «Медведи и пчёлы».</u> <u>«Эстафета зверей», «Бег сороконожек».</u>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>характеризовать показатели физического развития, физической</u>
11	<u>«Салки – ноги от земли», «Медведи и пчёлы».</u> <u>«Эстафета зверей», «Бег сороконожек».</u>	
12	<u>Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки».</u> <u>«Догони свою пару», игра со скакалками.</u>	

13	<u>Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Догони свою пару», игра со скакалками.</u>	<p><u>подготовки:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>составлять устный режим дня;</u> • <u>показывать комплексы упражнений для формирования правильной осанки;</u> • <u>организовывать подвижные игры с элементами соревновательной деятельности;</u> • <u>выявлять характерные ошибки в выполнении акробатических упражнений;</u> • <u>взаимодействовать в парах и группах при разучивании подвижных игр;</u> • <u>описывать технику беговых и прыжковых упражнений, бросков при метании малого мяча;</u> • <u>излагать правила и условия проведения подвижных игр;</u> • <u>самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры, управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности, принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;</u> • <u>выявлять ошибки при выполнении технических действий в спортивных играх;</u> • <u>соблюдать дисциплину и</u>
14	<u>Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Догони свою пару», игра со скакалками.</u>	
15	<u>Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Догони свою пару», игра со скакалками.</u>	
16	<u>«Метко в цель», «Мяч соседу», «Мяч на полу», «Передача мячей в колоннах», «Гонка мячей».</u>	
17	<u>«Метко в цель», «Мяч соседу», «Мяч на полу», «Передача мячей в колоннах», «Гонка мячей».</u>	
18	<u>«Метко в цель», «Мяч соседу», «Мяч на полу», «Передача мячей в колоннах», «Гонка мячей».</u>	
19	<u>«Ловушка», «Горячее место».</u>	
20	<u>«Ловушка», «Горячее место».</u>	
21	<u>«Быстрые и меткие», «Метко в цель».</u>	
22	<u>«Быстрые и меткие», «Метко в цель».</u>	
23	<u>«На прогулку», «Пустое место», «Хитрая лиса», эстафета.</u>	
24	<u>«На прогулку», «Пустое место», «Хитрая лиса», эстафета.</u>	
25	<u>«На прогулку», «Пустое место», «Хитрая лиса», эстафета.</u>	
26	<u>«На прогулку», «Пустое место», «Хитрая лиса», эстафета.</u>	
27	<u>Спортивные викторины.</u>	
28	<u>Спортивные викторины.</u>	
29	<u>«Точный расчет», «Метко в цель».</u>	
30	<u>«Точный расчет», «Метко в цель».</u>	

31	<u>Спортивные соревнования с передачей мяча.</u> <u>«Передача мячей в колоннах», «Гонка мячей»,</u> <u>«Охотники и утки», «Бегуны и метатели».</u>	<u>правила ТБ в условиях</u> <u>учебной и игровой</u> <u>деятельности.</u>
32	<u>Спортивные соревнования с передачей мяча.</u> <u>«Передача мячей в колоннах», «Гонка мячей»,</u> <u>«Охотники и утки», «Бегуны и метатели».</u>	<u>Применять:</u>
33	<u>Спортивные соревнования с передачей мяча.</u> <u>«Передача мячей в колоннах», «Гонка мячей»,</u> <u>«Охотники и утки», «Бегуны и метатели».</u>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>демонстрировать</u> <u>комплексы упражнений</u> <u>для утренней зарядки и</u> <u>физкультминуток;</u>
34	<u>Спортивные соревнования с передачей мяча.</u> <u>«Передача мячей в колоннах», «Гонка мячей»,</u> <u>«Охотники и утки», «Бегуны и метатели</u>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>демонстрировать</u> <u>качества</u> <u>силы, координации и</u> <u>выносливости при</u> <u>выполнении упражнений</u> <u>разного вида;</u> • <u>демонстрировать</u> <u>выносливость при</u> <u>прохождении</u> <u>тренировочных</u> <u>дистанций разученными</u> <u>способами передвижения.</u>