

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики Рязанской области

МО Сапожковский муниципальный район

МОУ "Морозово-Борковская СШ"

РАССМОТРЕНО
Школьным методическим
объединением

Руководитель ШМО

Климанова М. В.
Протокол № 1

от 29. 08. 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР

Черкасова Н. Ф.
Протокол №1

от 30.08. 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор

Кузнецова Л. В.
Приказ № 99

от 30. 08. 2024 г.

Рабочая программа
внеурочной деятельности

«Народные игры»

для 4 класса начального общего образования

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Овечкина Галина Дмитриевна

учитель начальных классов

Морозовы - Борки 2024

Пояснительная записка

Программа «Народная игра» имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Программа объединила в себе теоретические сведения об игровых традициях русского народа и других народов, учитывает потребность детей младшего школьного возраста в двигательной активности. Позволяет формировать осознанный выбор здорового образа жизни, создает эмоционально положительную основу для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. К сожалению, народные игры почти исчезли, поэтому задача учителя сделать этот вид деятельности частью жизни детей.

Практическая значимость данной программы заключается в том, что она создаёт условия возрождения народных подвижных игр и помогает делать досуг детей содержательным и полезным.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. В играх воспитывается сознательная дисциплина, дети приучаются к соблюдению правил, справедливости, умению контролировать свои поступки, правильно и объективно оценивать поступки других. Подвижные игры самое лучшее лекарство для детей от двигательного «голода»- гиподинамии. Эти игры имеют ярко выраженный эмоциональный характер. Играя, ребенок испытывает радость. Народные игры являются частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к родной стране.

Представленная программа «Народная игра» построена с учётом требований «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1–11-х классов» /В.И. Лях Она предусматривает закрепление в игровых заданиях двигательных навыков полученных на уроке физкультуры.

Цель

-приобщить детей через народную игру к русской национальной культуре и дать представление о других национальных культурах.

Задачи:

обучающие

- ✓ познакомить детей с многообразием народных игр;
- ✓ приобщить к национальной культуре России;
- ✓ научить детей самостоятельно и с удовольствием играть;

воспитательные

- ✓ воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, навыков здорового образа жизни.

развивающие

- ✓ развитие навыков совместной деятельности, умения сотрудничать со сверстниками, согласовывать собственное поведение с поведением других детей .
- ✓

Отличительной особенностью данной программы является то, что она даёт возможность: закрепить навыки, полученные на уроках физкультуры; увеличить двигательную активность детям с разными физическими возможностями, позволяя им реализовать потребность в движении и общении со сверстниками; увеличить пребывание на свежем воздухе; дать представление о русских народных играх, составляющих основу национальной культуры России ;познакомить с играми других народов, сформировать навыки толерантного поведения детей.

Содержание и организационные формы реализации предложенные в программе разработаны на основе следующих принципов здоровье сберегающей педагогики:

- принцип оздоровительной направленности;
- принцип «Не навреди!»;

- принцип активности;
- принцип доступности и индивидуализации.
- принцип успешности;

-развитие навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции;

1) становление адекватной самооценки, развития критичности по отношению к себе и окружающим;

2) усвоение социальных норм, нравственного развития;

3) развитие навыков общения со сверстниками, установления прочных дружеских контактов.

Все игры доступны учащимся начальной школы. При подборе игр учитывается возрастные особенности детей младшего школьного возраста, необходимость постепенного перехода от простых игр к более сложным, чередования активных игр с играми малой подвижности.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по одному часу во внеурочное время. Общее количество занятий 34 часа. Групповые занятия проходят в форме игры, беседы, экскурсии.

Подразумевается, что по окончании занятий учащиеся будут обладать определенной суммой знаний по культурно-историческому наследию русского народа и других народов, а так же приобретут навыки самостоятельной организации и проведения народных подвижных игр в своё свободное время.

К концу занятий учащиеся должны:

- научиться активно и самостоятельно играть во внеурочное время;
- знать народные игры и уметь играть в игры разных народов;
- уметь взаимодействовать с товарищами в процессе игры.

Планируемые результаты реализации программы:

1. Формирование у детей положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
2. Формирование навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.
3. Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
4. Формирование волевых качеств, как основы получения образования.
5. Снижение последствий умственной нагрузки.
6. Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр, подвижных игр и умение применять игры в самостоятельных занятиях и в повседневной жизни.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ :

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами:

- представлять занятия как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

Содержание программы

Введение (1ч)

Знакомство с программой занятий внеурочной деятельности «Народные игры». Основы знаний о народных подвижных играх. Знакомство с историей народной подвижной игры: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности, беседа «Открываем дверь в страну игр», беседа «Законы страны Игр».

Русские народные подвижные игры на развитие основных физических качеств (9ч)

Разновидности прыжков, многоскоки . Метание малого мяча в горизонтальную цель, в вертикальную цель, на дальность. Метание набивного мяча. Разновидности бега. Разновидности ходьбы. Преодоление малых препятствий. Подвижные игры. Эстафеты.

Русские народные подвижные игры, основанные на элементах: гимнастики, лёгкой атлетики, спортивных игр (7ч).

Подвижные игры, эстафеты с мячами, флажками, гимнастическими скакалками, обручами, на гимнастической стенке, на гимнастических скамейках, «Веселые старты». . **Русские народные подвижные игры (9ч).**

Русские народные подвижные игры – эстафеты (8ч).

Эстафеты с прыжками, эстафеты в беге, эстафеты с передачей эстафетной палочки, эстафеты по кругу, эстафеты в колоннах, эстафеты в шеренгах, эстафеты с ловлей и передачей мяча на месте и в движении, эстафеты с ведением мяча правой, левой рукой в движении, эстафеты с броском мяча в цель, комбинированные эстафеты, веселые старты, эстафеты с гимнастической скакалкой, встречные эстафеты.

Календарно-тематическое планирование					
	Тема занятия	Форма проведения занятия	Планируемые результаты	Кол. часов	Дата проведения
Русские народные подвижные игры на развитие основных физических качеств – 9 часов.					
1.	Вводное занятие Правила техники безопасности по подвижным и спортивным играм. История народных игр. Игровые упражнения с бегом, прыжками.	Беседа. Рассказ. Игра.	Коммуникативные Знать правила техники безопасности по подвижным и спортивным играм.	1 час	
2.	Игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием.	Подвижные игры.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения	1 час	
3.	Русская народная игра «Горелки»	Подвижные игры. Эстафеты.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры. Регулятивные, коммуникативные учебные действия.	1 час	
4.	Русская народная игра «Горелки» Игры наших бабушек и дедушек. Игра «Бояре»	Игра.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные	1 час	

			действия.		
5.	Игровые упражнения с метанием мяча по движущим целям «Охотники и утки»	Подвижные игры. Эстафеты.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
6.	Игровые упражнения с бегом, прыжками с преодолением малых препятствий. Разучивание игр «Волк во рву»	Игры. Эстафеты.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
7.	Игровые упражнения в сочетании с бегом и прыжками, бегом и метанием, прыжками и метанием. Русская народная игра «Краски»	Игры. Эстафеты. Подвижные игры.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
8.	Игровые упражнения с элементами прыжков «Лягушки на болоте»,	Подвижные игры. Эстафеты.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу,	1 час	

			самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные действия.		
9.	Игровые упражнения с прыжками, бегом. Разучивание игры «Золотые ворота»	Подвижные игры	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
Русские народные подвижные игры, основанные на элементах легкой атлетики– 7 часов.					
10.	Правила техники безопасности на занятиях. Эстафета с переноской предметов.	Беседа. Эстафета.	Знать правила техники безопасности при выполнении заданий с инвентарем и различными предметами.	1 час	
11.	Игровые упражнения с передачей предметов Разучивание игры «Колечко»	Подвижные игры. Эстафеты .	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	

12.	Игровые упражнения с элементами прыжков. Игра «Палочка-выручалочка»	Подвижные игры. Эстафеты	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
13.	Игровые упражнения с применением различных исходных положений «Караси и щука»	Подвижные игры. Эстафеты.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры. Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
14.	Игровые упражнения с гимнастической скакалкой. Подвижные игра «Рыбак и рыбка».	Подвижные игры. Эстафеты.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры. Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
15.	Игровые упражнения с метанием мяча в вертикальную и горизонтальную цели. На месте и в движении. Игра «Меткий стрелок»	Подвижные игры.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, регулятивные, коммуникативные	1 час	

			учебные действия.		
16.	Игровые упражнения с большим мячом. Игра «Горячая картошка»	Подвижные игры. Эстафета.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
Русские народные подвижные игры –9 часов.					
17.	Правила техники безопасности на занятиях Здоровый образ жизни.	Беседа. Рассказ. Игра.	Знать технику безопасности катания на санках, правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
18.	Русская народная игра «День- ночь»	Подвижная игра.	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
19.	Игра « Медведи и тюлени»	Подвижная игра.	Знать правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	

20.	Русская народная игра «Заря-заряница»	Подвижная игра.	Знать технику безопасности , правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
21.	Игра «Два мороза»	Подвижная игра.	Знать технику безопасности, правила поведения при играх. .	1 час	
22.	Русская народная игра «Вороны и воробьи»	Игра. Подвижная игра.	Знать технику безопасности, правила поведения, самостоятельно играть в разученные игры. Познавательные, коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
23.	Эстафеты с бегом	Эстафета.	Знать технику безопасности, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету,	1 час	
24.	Игровые упражнения на метание по движущейся цели,	Подвижная игра.	Знать технику безопасности, правила поведения при играх.	1 час	

25.	Разучивание игры « Колокольцы – бубенцы»	Подвижная игра.	Знать технику безопасности, правила поведения при играх.	1 час	
26.	День любимых игр.	Игры, эстафеты,	Играть самостоятельно в разученные игры. Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
Русские народные подвижные игры - эстафеты – 8 часов.					
27.	Правила техники безопасности на занятиях. Игровые упражнения с метанием мяча. Игра «Метко в цель»	Беседа. Подвижная игра. Эстафета	Знать правила техники безопасности на занятиях. Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры с мячом Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
28.	Игровые упражнения с передачей предметов. «Мяч соседу», «Передал - садись».	Подвижная игра. Эстафета	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с мячом Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	

29.	Игровые упражнения с большим мячом. «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде».	Подвижная игра. Эстафета	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с мячом Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
30.	Игровые упражнения на точность броска в цель. Русская народная игра «Лапта»	Эстафета. Игра.	Уметь выполнять бег метать мяч в цель.	1 час	
31.	Игровые упражнения с мячом . Русская народная игра «Лапта»	Подвижные игры.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с мячом. Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
32.	Игровые упражнения с бегом, прыжками, «Казачьи – разбойники»	Подвижные игры.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с мячом. Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
33.	Игровые упражнения на сопротивление. Упражнение «Силачи».	Подвижные игры.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с мячом. Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	

34.	Игровые упражнения на развитие основных физических качеств с предметами и без предметов. Игры: «Колечко», «Краски».	Подвижные игры.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с мячом Коммуникативные, регулятивные учебные действия.	1 час	
-----	---	-----------------	---	-------	--

Методическое обеспечение:

1. Большая энциклопедия игр- М.: издательство «Росмен-пресс», 2002-352с.
2. Детские подвижные игры народов СССР\ сост. А.В.Кенеман – М.: Просвещение, 1989 .- 239 с.
3. Игры в школе\Для шк.возраста.- Минск: Харвест.М.: изд. АСТ 2000.
4. Игры \ энциклопедия – Челябинск 1995 г
5. Кузнецов В.С. Физкультурно оздоровительная работа в школе. М., 2003
6. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов /В.И. Лях., Л.А. Зданевич / “Просвещение”. М., 2006.
7. Минский Е. М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. Пособие для учителя – 3-е изд. М.: просвещение. 1995г.
8. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития младшего школьника. М., 2001.
9. Эльконин Д.Б. Психология игры - М.: Педагогика, 1978. - 304 с.