

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 1»**

Рассмотрено на заседании МО учителей начальных классов	«УТВЕРЖДАЮ» Директор МБОУ «СОШ №1»
Протокол № ____ от « ____ » _____ 2022г.	— _____
Руководитель МО _____ (Басаргина И.Ю)	(Л. Н. Гузеева)  Приказ № ____ от « ____ » _____ 2022г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности  
( «Игры народов России» 4 классы)**

составлена на основе авторской программы О.В.Бартецкой, М., Просвещение, 2012 г.

«Подвижные игры народов России»

**Количество часов в неделю: 2**

Сидоренко Наталья Александровна,  
учитель начальных классов,  
высшая квалификационная категория

2022 год

## Пояснительная записка

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.)

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает

индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

### **Содержание программы**

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Игры народов России» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

### **Место кружка в учебном плане.**

Программа рассчитана на 1 класс-66 часов, на 2-4 классы-68 часов в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 50 минут. Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

**Ценностными ориентирами содержания** данного кружка являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,

- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

**Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

- укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

### **Тематическое планирование 1 класса**

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	8
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	8
	итого	33

### **Тематическое планирование 2 класса**

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Подвижные игры	8
3	Эстафеты	8
4	Игры народов России	7
	итого	34

--	--	--

### Тематическое планирование 3 класса

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Эстафеты	6
3	Игры народов России	17
	итого	34

### Тематическое планирование 4 класса

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	19
2	Эстафеты	8
3	Игры народов России	7
	итого	34

### Методические рекомендации

- *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

- *Игры-поиски*. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

- *Игры с быстрым нахождением своего места*. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

### Весь материал разделяется на отдельные разделы:

- раздел - «Русские народные игры», изучается с 1-го по 4-й класс.
- раздел - «Игры народов России», изучается со 2 по 4-й класс.
- раздел - «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.

- раздел - «Эстафеты», изучается в 1-4-х классах.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

#### Цели изучения по каждому разделу.

##### **«Русские народные игры»**

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

##### **«Игры народов России»**

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

##### **«Подвижные игры»**

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

##### **«Эстафеты»**

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

##### **Личностными результатами кружка «Игры народов России»**

являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей;

оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

## Метапредметными результатами кружка «Игры народов России»

является формирование универсальных учебных действий (УУД).

- Регулятивные УУД:
  - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
  - проговаривать последовательность действий во время занятия;
  - учиться работать по определенному алгоритму
- Познавательные УУД:
  - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- Коммуникативные УУД:
  - планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
    - постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
    - разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
      - управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
      - умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
    - сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

### Формы занятий:

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

### Режим занятий:

В 1-4 классах начальной школы занятия продолжительностью 50 минут проводятся 1 раз в неделю в группах не менее восьми человек.

### Планируемый результат:

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;

- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

### Материально-техническое обеспечение

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших обучающихся; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком

Д – демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);  
 К – полный комплект (для каждого обучающегося);  
 Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 обучающихся);  
 П – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол-во
1	Основная литература для учителя	
1.1	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д
2	Дополнительная литература для учителя	
2.1	О.А.Степанова: Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие.	Д
2.2	Ж.К., Холодов В.С. Кузнецов: Теория и методика физического воспитания и спорта - М. издательский дом «Академия» 2007г.	Д
2.3	Е.В.Конева: Спортивные игры: правила, тактика, техника – Ростов-на-Дону, издательство «Феникс», 2004г.	Д
2.4	Матвеев А. П. Методика преподавания физической культуры в 1 классе. – М., 2002	Д



3	<i>Учебно-практическое оборудование</i>	
3.1	Бревно гимнастическое напольное	П
3.2	Козел гимнастический	П
3.3	Канат для лазанья	П
3.4	Переключатель гимнастический (пристеночный)	П
3.5	Стенка гимнастическая	П
3.6	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
3.7	Комплект навесного оборудования (переключатель, тренировочные баскетбольные щиты)	П
3.8	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	К
3.9	Палка гимнастическая	К
3.10	Скакалка детская	К
3.11	Мат гимнастический	П
3.12	Гимнастический подкидной мостик	Д
3.13	Кегли	К
3.14	Обруч детский	П
3.15	Рулетка измерительная	Д
3.16	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям	Д
3.17	Льжи детские (с креплениями и палками)	П
3.18	Щит баскетбольный тренировочный	Д
3.19	Сетка волейбольная	Д
3.20	Аптечка	Д

**Календарно - тематическое планирование кружка «Игры народов России»  
4-й класс (68 часов)**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Русская народная игра «Краски»	2	02.09.22
2	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	2	09.09
3	Русская народная игра «Ляпка»	2	16.09
4	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	2	23.09
5	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	2	30.09
6	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	2	07.10
7	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	2	14.10
8	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	2	21.10
9	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	2	11.11
10	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	2	18.11
11	Марийская народная игра «Катание мяча»	2	25.11
12	Татарская народная игра «Серый волк»	2	02.12
13	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	2	09.12
14	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяк»	2	16.12
15	Чечено-ингушская игра «Чиж»	2	23.12
16	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	2	13.01.23
17	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	2	20.01
18	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	2	27.01
19	Чувашская игра «Рыбки»	2	03.02
20	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	2	10.02
21	Эстафета «Вызов номеров»	2	17.02
22	Эстафета по кругу	2	24.02
23	Эстафета с обручем	2	03.03
24	Эстафета с мячом	2	10.03
25	Эстафета «Быстрые и ловкие»	2	17.03
26	Эстафета «Встречная»	2	31.03
27	Русская народная игра «Салки»	2	07.04
28	Русская народная игра «Пятнашки»	2	14.04
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	2	21.04
30	Русская народная игра «Фанты»	2	28.04
31	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	2	05.05
32	Русская народная игра «Волк»	2	12.05
33	Русская народная игра «Птицелов»	2	19.05
34	Русская народная игра «Горелки»	2	26.05

## Список литературы.

- «Образовательная система «Школа 2100» федеральный государственный образовательный стандарт, Примерная основная образовательная программа. В 2-х книгах. Книга 2. Программа отдельных предметов для начальной школы /Под науч. ред. Д.И. Фельдштейна- изд. 2-е, испр.- М.: Баласс, 2011.- 432с.
- Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
- Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 1-4 классы: проект. – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2011.- 61с. – Стандарты второго поколения.
- Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
- Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.
- Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с.
- Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. – Кемерово: изд-во КРИПКИПРО, 2008.- 140с.

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНИРОВАНИЯ

2022- 2023 УЧЕБНОГО ГОДА

Учитель Сидоренко Н.А. кружок "Игры народов России"

Класс 4 А

период	По плану	фактически	отставание	причина	Способ устранения отставания
1 четверть					
2 четверть					
3 четверть					
4 четверть					
год					