


«Рассмотрено» На заседании МО эстетического и физкультурного цикла Протокол № 1 от «30» 08 2023 г	«Рассмотрено» На заседании педагогического совета Протокол № 1 от «30» 08 2023 г	«Утверждаю» Директор МБОУ «СШ № 10»  / Пияева С.М.
--	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
1 класс

«Русские народные игры»

Направление:
Спортивно-оздоровительное;
Возраст обучающихся: 7-8 лет
Руководитель: учитель физической
культуры Максимов М.А.

2023-2024

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- 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, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями; организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности;
- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеристика физической нагрузки по показателю час - игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Содержание курса внеурочной деятельности.

Рекомендуется создать благоприятные условия для проведения занятий в облегченной одежде, со специальными ковриками для выполнения упражнений на полу. Основу учебного материала составляют игры, сходные по определённым признакам:

- по видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добра против зла);
- по интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности);
- по содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные);
- по способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные);

- по физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости);
- по отношению к структуре занятий (для подготовительной, основной, заключительной частей занятий).

Данная классификация предназначена для того, чтобы облегчить учителю планирование занятий с младшими школьниками и наглядно обозначить соответствие народных игр разделу программы:

1. Общие подвижные символические игры: «Бабки», «Редька», «Платок».
2. Игры для формирования правильной осанки: «Ванька-встанька»
3. Игры со скакалками: «Скакалочка».
4. Игры с бегом: «Дорожки», «Змейка», «Салка».
5. Игры с прыжками: «Кто дальше», «Воробушки и кот».
6. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки», «Мячик кверху».
7. Игры лазанием и перелезанием: «Распутай верёвочку».
8. Игры для развития внимания: «Волк и овцы», «Жмурки».
9. Общеразвивающие игры: «Ворота», «Во поле берёза», «Вытолкни за круг».
10. Игры с разными предметами: «Домики», «Лапта», «Единоборство».
11. Игры с камешками, шариками и палками: «Двенадцать палочек», «Коршун».
12. Хороводные игры: «Ясное золото», «Просо сеяли».
13. Игры в помещении: «Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Все в кружок».
14. Игры в фанты: «Работа и забава», «Птичник».
15. Игры – шутки: «Кольцо», «Барабанщик».
16. Сюжетные игры: «Два Мороза», «Волк во рву», «У медведя в бору».
17. Загадки, шарады, каламбуры: «Да и нет», «Обмен именами».
18. Праздник «Мир русских народных игр»: «Проводы берёзы».

Формы организации деятельности:

Ведущими формами организации курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» предполагаются:

- эстафеты;
- практические занятия;
- сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра;
- просмотр и обсуждение видеоматериалов;

Форма организации деятельности в основном – коллективная и групповая. Для решения задачи сохранения здоровья и формирования здоровьесберегающего спортивно-ориентированного стиля жизни учащихся, учебно-образовательный процесс строится согласно приоритетам здоровьесберегающих технологий, с

применением следующих групп средств: средства двигательной направленности; оздоровительные силы природы; гигиенические факторы;

Виды внеурочной деятельности:

- игровая деятельность;
- познавательная деятельность;
- спортивно-оздоровительная;

Основу учебного материала составляют игры, сходные по определённым признакам:

- по видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добра против зла);
- по интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности);
- по содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные);
- по способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные);
- по физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости);
- по отношению к структуре занятий (для подготовительной, основной, заключительной частей занятий).

Данная классификация предназначена для того, чтобы облегчить учителю планирование занятий с младшими школьниками и наглядно обозначить соответствие народных игр разделу программы.

1. Общие подвижные символические игры: «Борющаяся цепь», «Серый волк», «Пирожок».
2. Игры для формирования правильной осанки: «Бои на бревне».
3. Игры со скакалками: «Удочка».
4. Игры с бегом: «Городок - бегунок».
5. Игры с прыжками: «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики».
6. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Сильный бросок», «Лови мяч».
7. Игры лазанием и перелезанием: «Кошки - мышки».
8. Игры для развития внимания: «Ловушка», «Заря».
9. Общеразвивающие игры: «Встречный бой», «Казачьи и разбойничьи»,
10. Игры с разными предметами: «Городки», «Бирюльки».
11. Игры с камешками, шариками и палками: «Достань камешек», «Рулетка».
12. Хороводные игры: «Плетень», «Ручеёк».
13. Игры в помещении: «Игровая», «Колечко», «Слепой козёл».
14. Игры в фанты: «Тяни - пускай».
15. Игры – шутки: «Чур», «Орехи».
16. Сюжетные игры: «Зайцы в огороде», «Гуси-Лебеди».

17. Загадки, шарады, каламбуры: «Отвечай, не говоря!».

18. Праздник «Мир русских народных игр»: «Подвижки льда».

Теоретический материал программы лучше давать темами, сообщение знаний организовывать в форме бесед (групповых или индивидуальных) до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности.

Практические упражнения объединяются в комплексы, которые периодически изменяются, обновляются; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

Занятия проводятся интегрировано. При проведении занятий должны быть учтены особенности организма учащихся, его пониженные функциональные возможности, также то, что в группе могут быть ученики с различным диагнозом. Поэтому индивидуальный подход должен быть одним из основных принципов организации занятий.

Педагогические возможности преподавания содержания программы «Русские народные игры» будут эффективны, так как учащиеся учатся оценивать свою и чужую деятельность с точки зрения законов природы. А это первый шаг к формированию привычек ведения здорового образа жизни.

Основная функция этой программы - воспитание национального самосознания. Русские народные игры, входящие в первый компонент, поделены на разделы, по характеристикам игр. Здесь есть игры, отражающие отношение человека к природе, ведь народ всегда трепетно относился к природе, берёг её, прославлял. Есть игры, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру. Сюда относятся народные игры: «Гуси-лебеди», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки» и их различные варианты.

С историческим наследием русского народа знакомят игры, отражающие повседневные занятия наших предков. Это народные игры: «Встречный бой», «Заря», а также различные их варианты.

С большим интересом школьники знакомятся с играми сверстников прошлых столетий. К этим играм относятся: «Городок-бегунок», «Игровая», «Плетень», «Ручеёк», «Ловушка».

Возможность помериться силой и ловкостью появляется у ребят при изучении игр, которые отражают стремление детей стать сильнее, победить всех. Как тут не вспомнить о легендарных русских богатырях, которые не уступали ранее в популярности современным киногероям. Здесь применяются игры: «Казачьи и разбойничьи», (в различных положениях, с различным инвентарем), «Борющаяся цепь», «Перетягивание прыжками», «Сильный бросок», «Бои на бревне» и их различные варианты. Эти игры подразумевают знакомство детей с историей возникновения каждой из игр.

Таким образом, при моделировании обновленной парадигмы педагогической классификации русских народных игр выявляется компонент, направленный на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня национального самосознания.

