

Муниципальное образование
Ленинградский район

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 17
хутора Коржи
муниципального образования
Ленинградский район

УТВЕРЖДЕНО

Решением педагогического совета
от 29 августа 2022 г. протокол №1
председатель педсовета

Т. Д. Безуглая



**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
спортивно - оздоровительной направленности**

курс «Русские народные игры»

Уровень образования (класс) – начальное общее образование, 1 – 4 класс

Количество часов – 1

Учитель: Баркова Наталья Алеаниновна

Программа разработана на основе программы курса по внеурочной деятельности спортивно- оздоровительной направленности «Русские народные игры»,

автор: В.Н. Чмутов, учитель физической культуры МОУ СОШ № 9 с. Воздвиженского, Апшеронского района, 2010 г.

1. Пояснительная записка.

Цель: воспитание национального самосознания в области образования на основе возрождения традиционной и развития современной игровой культуры, духовное совершенствование физически здоровой личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных **задач**:

Обучающие:

- приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;
- обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

Развивающие:

- Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- Гармоничное развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
- Повышение физической и умственной работоспособности школьника.

Воспитывающие:

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
- привить учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Прогнозируемые результаты применения программы направлены:

- **на формирование первичных общеучебных умений и навыков** у учащихся. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы и законы физики. Они разнообразны, развлекательны и эмоциональны. Помимо того, народные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания так, как знакомят с национальными игровыми традициями и культурой.
- **введение детей в предметную область физической культуры.** Овладение детьми способом игровой деятельности позволит им применять умения и навыки и в другие периоды жизни в зависимости от меняющихся обстоятельств. Обучение должно быть ориентировано на зону ближайшего развития, то есть на опережающее актуальное состояние способностей ребенка, но не ограничивающее развитие других способностей (содействуя развитию силы, мы в тоже время угнетающе действуем на развитие гибкости и т.д.).

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», «Волк во рву», «Волк и овцы», «Вороны и воробьи», «Змейка», «Зайцы в огороде», «Пчелки и ласточки», «Кошки-мышки», «У медведя во бору» и их различные варианты.
- С историческим наследием русского народа знакомят игры, отражающие повседневные занятия наших предков. Это народные игры: «Дедушка-рожок», «Домики», «Ворота», «Встречный бой», «Заря», «Корзинки», а также различные их варианты.
- С большим интересом школьники знакомятся с играми сверстников прошлых столетий. К этим играм относятся: «Бабки», «Городки», «Горелки», «Городок-бегунок», «Двенадцать палочек», «Жмурки», «Игровая», «Кто дальше», «Ловишка», «Лапта», и др.
- 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: «Единоборство» (в различных положениях, с различным инвентарем), «Достань камешек», «Перетяни за черту», «Борющаяся цепь», «Цепи кованы», «Перетягивание каната», «Перетягивание прыжками», «Вытолкни за круг». «Защита укрепления», «Сильный бросок», «Каждый против каждого», «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.

Ожидаемые результаты:

К концу первого года обучения дети

должны иметь представление:

- *об историческом наследии русского народа и русских народных игр;*
- *о традициях русских народных праздников;*
- *о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;*

должны знать:

- *историю возникновения русских народных игр;*
- *правила проведения игр, эстафет и праздников;*

- основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- основы правильного питания;
- правила поведения во время игры.

должны уметь:

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

2.Содержание курса внеурочной деятельности.

1.Общие подвижные символические игры.

«Бабки», «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».

2. Игры для формирования правильной осанки.

«Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».

3. Игры со скакалками.

«Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».

4.Игры с бегом.

«Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок- бегунок».

5. Игры с прыжками.

«Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».

6. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.

«Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».

7. Игры лазанием и перелезанием.

«Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы».

8. Игры для развития внимания.

«Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки».

9. Общеразвивающие игры.

«Ворота», «Встречный бой», «Во поле берёза», «Вытолкни за круг», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».

10. Игры с разными предметами.

«Домики», «Городки», «Лопта», «Единоборство», «Бирюльки».

11. Игры с камешками, шариками и палками.

«Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».

12. Хороводные игры.

«Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Заинька», «Ручеёк».

13. Игры в помещении.

«Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».

14. Игры в фанты.

«Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби».

15. Игры- шутки.

«Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанищик», «Черепаша».

16. Сюжетные игры.

«Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки».

17. Загадки, шарады, каламбуры.

«Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».

18. Праздник «Мир русских народных игр».

Игры к различным народным праздникам: «Проводы берёзы», «Бой крашенками», «Шапочники», «Коробейники», «Сказочница», «Гусиное перо», «Подвижки льда».

3. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Класс			2- 4 классы		
		все го	в том числе		все го	в том числе	
			тео рия	прак тика		тео рия	прак тика
1	Введение. Знакомство с кружком и его программой Понятие « Русские народные игры». История возникновения русских народных игр. Правила игр и техника безопасности в играх и соревнованиях.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
2	Общие подвижные символические игры.	1	0,5	0,5	2	1	1
3	Игры для формирования правильной осанки.	1		1	1		1
4	Игры со скакалками	2	1	1	2	1	1
5	Игры с бегом	2	1	1	2	1	1
6	Игры с прыжками	2	1	1	2	1	1
7	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	2	1	1	2	1	1
8	Игры лазанием и перелезанием	2	1	1	2	1	1
9	Игры для развития внимания	2	1	1	2	1	1
10	Общеразвивающие игры	2	1	1	2	1	1
11	Игры с разными предметами	2	1	1	2	1	1
12	Игры с камешками, шариками и палками	2	1	1	2	1	1
13	Хороводные игры	2	1	1	2	1	1
14	Игры в помещении	2	1	1	2	1	1
15	Игры в фанты	2	1	1	2	1	1

16	Игры- шутки	2	1	1	2	1	1
17	Сюжетные игры	2	1	1	2	1	1
18	Загадки, шарады, каламбуры	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
19	Праздник «Мир русских народных игр»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
	Итого:	33	16	17	34	16,5	17,5

СОГЛАСОВАНО
 Протокол заседания ШМО
 учителей начальной школы
 от 26 августа 2022 года №1
 Руководитель ШМО И.М.Гамулько

СОГЛАСОВАНО
 Заместитель директора по ВР
О.П.Корж
 28 августа 2022 год