

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Николо-Поломская средняя общеобразовательная школа»
Парфеньевского муниципального округа Костромской области

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «28» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы

Рябинина Н. А.
Приказ № 127
от «01» 09 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности (секции)
«Русские народные игры»

Возраст обучающихся: 1-4 класс
Срок освоения программы: 1 год
Объем программы: 34 часа /1 час в неделю/

Автор составитель: Рябкова О. Н.

п. Николо-Полома

2023 год

Пояснительная записка.

Рабочая программа кружка «Русские народные игры» составлена в соответствии с федеральным компонентом государственного образовательного стандарта, утвержденного Приказом Министерства образования и науки РФ от 05.03.2004 года № 1089 Закона «Об образовании РФ» в ред. Федерального закона от 13.01.96 № 12-ФЗ), закона «Об образовании РФ» на основе учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич.- М.: Просвещение, 2007) Программа ориентирована на усвоение обязательного минимума, соответствующего стандартам Министерства образования Российской Федерации.

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности учащихся посредством формирования у них физической культуры, слагаемыми которой являются сохранение и укрепление здоровья, пропаганды и приобщение к здоровому образу жизни, оптимальный уровень двигательных способностей.

Задачи программы:

- формирование жизненно важных двигательных навыков и умений, умения контролировать своё поведение;
- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию;
- развитие активности, настойчивости, решительности, творческой инициативы, общей выносливости, силы и гибкости, овладение школой движений;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время игры, стремления к совершенству;
- Содействие развитию психических процессов (памяти, внимания, мышления) в ходе двигательной деятельности

Общая характеристика программы кружка «Русские народные игры»

Кружок «Русские народные игры» входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

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

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

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В кружок «Русские народные игры» вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А

также 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.

Формирование универсальных учебных действий:

Личностные УУД:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 4) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 5) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

Регулятивные УУД:

- 1) принимать и сохранять поставленную задачу;
- 2) планировать (в сотрудничестве с учителем и одноклассниками или самостоятельно) необходимые действия, операции, действовать по плану;
- 3) адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления;

Познавательные УУД:

- 1) осознавать поставленную задачу;
- 2) понимать информацию, устанавливая причинно-следственные связи, делать обобщения, выводы;

Коммуникативные УУД:

- 1) вступать в диалог с учителем, одноклассниками, участвовать в общей беседе, соблюдая правила этикета;
- 2) задавать вопросы, слушать и отвечать на вопросы других, формулировать собственные мысли, высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- 3) осуществлять совместную деятельность в командах с учётом конкретных учебно-познавательных задач

Ценностные ориентиры:

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе. Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Программа представлена четырьмя блоками: народные игры, игры на развитие психических процессов, подвижные игры, спортивные игры

Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);
- организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- активное использование спортивной площадки
- проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация питания учащихся;
- проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,
- организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;

Формы занятий:

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- викторины
- конкурсы
- праздники
- часы здоровья

Алгоритм работы с подвижными играми.

- Знакомство с содержанием игры.
- Объяснение содержания игры.
- Объяснение правил игры.
- Разучивание игр.
- Проведение игр.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты изучения курса «Русские народные игры» является формирование следующих умений:

- 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.

Метапредметные результаты изучения курса «Русские народные игры» является формирование следующих умений:

- 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 учётом требований её 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.

- представлять игры 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 инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- 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;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание учебного предмета (34 часа)

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

**Календарно-тематическое планирование по курсу
«Русские народные игры»
(34 часа)**

№ п/п	Тема	Кол- во часов	Форма организации деятельности	Дата
1	Русская народная игра «Краски»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	5.09.2023
2	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1	Игровое упражнение	12.09.2023
3	Русская народная игра «Ляпка»	1	Игра малой подвижности	19.09.2023
4	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»	26.09.2023
5	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	Игровое упражнение	3.10.2023
6	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	Игровое упражнение	10.10.2023
7	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	1	Игровое упражнение	17.10.2023
8	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	1	Игра малой подвижности	24.10.2023
9	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	1	Игра малой подвижности	7.11.2023
10	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1	Игровое упражнение	14.11.2023
11	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	Игровое упражнение	21.11.2023
12	Татарская народная игра «Серый волк»	1	Игра малой подвижности	28.11.2023
13	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	Игра малой подвижности	5.12.2023
14	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяк»	1	Подвижная игра средней интенсивности	12.12.2023
15	Чечено-ингушская игра «Чиж»	1	Подвижная игра средней интенсивности	19.12.2023
16	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	1	Игра малой подвижности	26.12.2023
17	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1	Игра малой подвижности	9.01.2024
18	Северо-осетинская игра	1	Игра малой	16.01.2024

	«Борьба за флажки»		подвижности	
19	Чувашская игра «Рыбки»	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»	23.01.2024
20	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	30.01.2024
21	Эстафета «Вызов номеров»	1	Игра средней интенсивности	6.02.2024
22	Эстафета по кругу	1	Эстафета	13.02.2024
23	Эстафета с обручем	1	Эстафета	20.02.2024
24	Эстафета с мячом	1	Эстафета	27.02.2024
25	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	Эстафета	5.03.2024
26	Эстафета «Встречная»	1	Эстафета	12.03.2024
27	Русская народная игра «Салки»	1	Игра малой подвижности	19.03.2024
28	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Игра малой подвижности	2.04.2024
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	Игра малой подвижности	9.04.2024
30	Русская народная игра «Фанты»	1	Игровое упражнение	16.04.2024
31	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	Игровое упражнение	23.04.2024
32	Русская народная игра «Волк»	1	Игровое упражнение	30.04.2024
33	Русская народная игра «Птицелов»	1	Эстафета	7.05.2024
34	Русская народная игра «Горелки»	1	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	14.05.2024

Требования ФГОС. Планируемые результаты.

Дети должны знать:

- О способах и особенностях движения и передвижений человека;
- О системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закалывающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

Уметь:

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём здоровье;
- применять коммуникативные навыки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- отвечать за свои поступки;
- находить выход из стрессовых ситуаций

Вывод.

Взять вышеуказанную тему меня побудила длительная работа в должности учителя физической культуры. Занятия проводятся на базе школы во внеурочное время, что не только плодотворно влияет на качество обучения, но и позволяет решить проблему досуга у детей младшего школьного возраста. Учащиеся приходят на занятия сразу после уроков, уставшие и перевозбужденные. И именно игра позволяет педагогу изменить настроение детей, переключить их внимание, снять переутомление и психологическое напряжение. Ведь русские народные игры очень разнообразны. Они приучают детей преодолевать трудности, сохранять выдержку в трудных обстоятельствах. С помощью игры усваиваются нормы и правила поведения в обществе, оттачиваются представления о добре и зле, трусости и храбрости, честности и справедливости. В играх развивается чувство товарищества, взаимопомощи, уважения к сопернику. Игра, кроме того, позволяет тренировать свою физическую силу, ловкость, скорость, равновесие, умение ориентироваться в пространстве, имитировать поведение животных, птиц. Можно сказать, что игра является способом подготовки детей к взрослой жизни, в которую им предстоит в скором времени вступить. Игра выступает как одно из действенных средств, с помощью которого общество заставляет каждую отдельную личность принять его законы. В то же время игра, проходящая в атмосфере свободы, когда действие можно повернуть так, как того хочется игрокам, доставляет детям огромную радость и удовольствие. Однако необходимо помнить, что современные дети не умеют играть самостоятельно, без помощи взрослых. Поэтому на первоначальном этапе работы основной целью является обучение детей играть самостоятельно и с удовольствием. Они знакомятся с такими понятиями, как правила игры, начало игры, окончание игры, суть игры. Ведь игра способствует не только воспитанию его мыслительной активности и физическому развитию, но и ставит ребенка в такую ситуацию, в которой его ум должен работать живо и энергично, в результате чего его действия будут становиться все более и более осмысленными и целенаправленными.

Дети любят состязательные и соревновательные игры. Такие, как, например, игра «Борьба за флажки», «Охотники и зайцы», «Горелки», «Сокол и лиса», «Пятнашки», и др. Эти игры до сих пор не утратили своих характерных черт: азарта, задора, самобытности и оригинальности. Их главная направленность - установка на победу. Еще с давних времен состязательные игры служили своеобразной подготовкой к взрослой жизни. Они были основным средством приобщения детей к трудовой деятельности (охоте, рыболовству, собирательству, ведению домашнего хозяйства). При этом игры не только способствовали физическому и умственному развитию, обучали детей важнейшим двигательным навыкам, - таким, как, например, лазанье,

бег, ходьба, - но и закаляли их психически. С помощью состязательных игр у детей не только развивается сила, ловкость, быстрота, скорость, выносливость, меткость, но и появляется возможность проявить или воспитать в себе такие качества, как смелость, мужество, находчивость, терпение, выдержка, умение преодолевать трудности и помогать слабым. При этом игры состязательные- коллективные. Поэтому они способствуют воспитанию дружбы, товарищества и взаимопомощи, умению работать в команде. Состязательные игры отличаются большой эмоциональностью, что позволяет наиболее ярко раскрыть индивидуальные особенности каждого ребенка. При этом дети ограничены условиями и правилами игры, что вынуждает их быть более сдержанными и терпеливыми. Тем не менее, состязательные игры доставляют детям огромное удовольствие, снимают негатив и создают хорошее настроение.

Таким образом, в русских народных играх не только ярко отражался быт, труд, образ жизни русского народа, но и его представления о чести, добре, справедливости. С помощью народных игр мы можем донести до детей народный колорит обычаев, оригинальность самовыражения, своеобразие языка русского народа. По играм мы можем судить о культуре и быте, нормах поведения, существовавших на Руси. Т.е., во все времена игры выполняли важные социальные функции. Являясь частью досуга, они давали возможность человеку отдохнуть от будничных дел и погрузиться на время в радостную атмосферу. Кроме того, совместные игры – это уникальный вид сотрудничества, который учит проявлению товарищества, взаимовыручки, терпению, умению помогать другим и поддерживать слабых. Игры способствуют развитию мышления, воображения, воспитывают активность, сноровку, сообразительность и инициативу, умение постоять за себя. Дети учатся вместе преодолевать трудности, неудачи и поражение. Кроме того, русские народные игры создают хорошее настроение, заряжают бодростью и энергией, одновременно удовлетворяя естественную потребность детей в движении и общении.

Материально-техническое обеспечение:

Спортивный зал;
Маты;
Гимнастические скамейки;
Мячи, обручи, кегли, скакалки;

Список использованной литературы

1. Горбунов Б.В. Традиционные игры и забавы Рязанского края / Б.В. Горбунов, А.В. Ефимов, Е.А. Ефимова. – Рязань, 1994.
2. Прокошева К. Пал, пал, перстенек. Игрища и круга в Прикамье.- М.: Родник, 1999.
3. Слепцова И.С. Народные игры и использование их в воспитании.- М., 1995.
4. Шангина И.И. Русские дети и их игры.- СПб., 2000
- 5.Карасёв Т.В. Современные аспекты реализации здоровье сберегающих технологий.
- 6.Спортивные игры (Под редакцией Ю.И. Портных)
- 7.Коротков И. М. Подвижные игры во дворе.

Интернет-ресурсы:

Русские народные подвижные игры.

<http://www.resobr.ru/materials/48/37781/>

Казачьи забавы. Славянские состязательные игры. Казачий клуб скарб.

<http://www.persev.ru/book/mladshiy-shkolnik>