

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Министерство образования Саратовской области
Департамент образования Гагаринского муниципального района**

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа п.ц.у. совхоза «15 лет Октября»
муниципального образования «Город Саратов»**

«Рассмотрено»

Руководитель ШМО

 /Нагуманова А.С./

Протокол № 1

от «25» августа 2023 г.

«Согласовано»

Заместитель директора

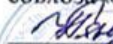
по УВР

 /Степанова С.А. /

«29» августа 2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАОУ «ООШ п.ц.у.
совхоза «15 лет Октября»

 /Рязина Н.Ю. /

Приказ № 69

от «01» сентября 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности для обучающихся 1-4 классов

«Игры народов мира»

Составитель: Власов Игорь Викторович,
учитель физической культуры

Саратов, 2023г.

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Подвижные игры народов мира»

Рабочая программа по курсу «Подвижные игры» разработана на основе:

- ✓ требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования;
- ✓ плана внеурочной деятельности образовательной организации;
- ✓ концепции Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И.Лях, А.А.Зданевич.

Целью программы является содействие всестороннему развитию личности, мотивация обучающихся на ведение здорового образа жизни, формирование потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников, в основу которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа ориентирована на учащихся 1-4 классов общеобразовательной школы.

В учебном плане заложено 34 часа в год, 1 занятие в неделю.

Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме урока (30-35 минут), ограниченного временем в системе целого учебного дня 1 раз в неделю.

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка.

Особенности набора детей – учащиеся 1-4 классов с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

Формы занятий – в форме урока, беседы, урок-фестиваль, урок путешествие, урок-соревнования с различным инвентарём (мячи, скакалки, обручи и т.д).

Пояснительная записка

Данная программа кружка «Подвижные игры народов мира» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования, на основе комплексной программы физического воспитания (авторы - В. И. Лях, А. А. Зданевич). Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей).

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой, соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.

Цель программы: формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны и культуре других стран; содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников;

создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности к Родине.

Задачи программы:

1. Расширять кругозор учащихся, формировать представления об окружающем мире.
2. Содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; развитию психических процессов и свойств личности,
3. Укреплять здоровье обучающихся через игровую деятельность.

Ожидаемый результат

В результате обучений ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Универсальными компетенциями:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами:

- 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;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- 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;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметными результатами:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении 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;
- 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;
- 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.

Ресурсное обеспечение

Вид образовательных ресурсов	Наименование объектов и средств организации учебной деятельности	Примечания
Учебно-методическая литература	Методическая литература для учителя.	
	Энциклопедии.	
	Словари.	
	Справочные пособия.	
	Периодические издания по предмету.	
Учебно-практическое и лабораторное оборудование	Наборы для гимнастических упражнений.	Включают стенку, скамейку, бревно, перекладину, палку, скакалку и т.п.
	Комплект навесного оборудования.	Перекладина, мишени для метания, баскетбольные щиты.
	Мячи. Коврики.	Набивной 1 кг и 2 кг, мяч малый (теннисный), мяч

		малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные и футбольные.
	Кегли.	
	Обручи.	
	Флажки.	
	Оборудование для игры в волейбол.	
	Лыжи.	

Сроки реализации программы

Программа кружка «Подвижные игры народов мира» рассчитана на 4 года, предназначена для детей в возрасте от 7 до 11 лет.

Общее количество часов – 34 ч.

Количество часов в год – 34 ч.

Недельная нагрузка - 1 час в неделю.

Продолжительность занятия 30-35 минут.

Количество учащихся в группе 15-20 человек.

Форма и режим занятий

Народные подвижные игры, имеющие многовековую историю, всегда были очень важны при воспитании, так как способствовали максимальному развитию у детей разнообразных двигательных навыков и умений, сноровки, необходимых во всех видах деятельности.

Правильно организованный игровой двигательный режим укрепляет здоровье, дает возможность добиться значительного улучшения показателей психофизической подготовленности учащихся, и, что особенно важно, благодаря ему физические способности детей развиваются гармонично.

Подвижные игры, включающие выполнение каких-либо физических упражнений (бег, удары, прыжки) в ответ на следующие друг за другом сигналы, могут эффективно использоваться для развития реактивности, резкости (способности быстро напрягать мышцы), быстроты (способности ускорять быстрое суставное движение).

К формам проведения подвижных игр относятся:

- сюжетные игры, преимущественно коллективные,
- бессюжетные подвижные игры,
- подвижные игры с элементами соревнования,
- игры большой, малой и средней подвижности.

Подвижные игры обладают еще одним достоинством: играющие в зависимости от уровня физической подготовки сами регулируют интенсивность нагрузок, выбирая моменты для отдыха. Существует и негативная особенность подвижных игр. Их соревновательный характер приводит к значительному эмоциональному накалу, мобилизации всех сил и повышению работоспособности, играющие увлекаются и забывают об усталости. Хотя развитие выносливости и предполагает наступление утомления, но руководитель должен по внешним признакам не допускать его крайних форм и вовремя снизить интенсивность и объем нагрузок.

Подвижные игры – хороший активный отдых после длительной умственной деятельности, поэтому они уместны на школьных переменах, по окончании уроков в группах продленного дня или дома, после возвращения из школы.

Формы подведения итогов:

- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере,

- разработать (придумать) свои подвижные игры,
- начать создание картотеки подвижных народных игр Саратовского района (с привлечением не только обучающихся, но и их родителей).

Календарно-тематическое планирование кружка «Подвижные игры народов мира»

1-4 класс

№	Наименование разделов и тем	Дата проведения	Требования
I.	Русские народные игры 7 часов		
1-2	Инструктаж по Т.Б. Вас приглашает страна игр. Какие бывают игры? УГГ. Игры: «У медведя во бору», «Горелки», «Краски».		Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.
3-4	Особенности русских подвижных игр. ОРУ. Игры: Игры: «Колдунчики», «Пятнашки», «Фанты»		Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.
5-6	Правила игрока. Обязательны ли правила для всех? ОФП. Игры: «Гуси», «Ляпка», «Большой мяч»		Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать правила игрока, самостоятельно играть в разученные игры.
7	Правила ТБ. УГГ. Игры: «Гонка мяча», «Молчанка», «Мелечина – калечина».		Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать правила т.б., знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.

II.	Игры народов Сибири и Дальнего Востока 3 часа		
8-9	Историческое путешествие Историческое наследие игр. Корригирующая гимнастика. Игры: «Перетягивание каната», «Борьба на палке», «Куропатки и охотники».		Уметь выполнять корригирующую гимнастику, знать историческое наследие игр, самостоятельно играть в разученные игры.
10	Особенности игр, их виды. ОРУ. Игры: «Здравствуй, догони!», «Отбивка оленей», «Ручейки и озера».		Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать особенности игр, их виды, самостоятельно играть в разученные игры.
III.	Игры народов Коми, Бурятии, Карелии 4 часа		
11-12	Как правильно организовать игру? Дыхательная гимнастика. Игры: «Ловля оленей», «Иголка, нитка, узелок», «Ищем палочку».		Уметь выполнять дыхательную гимнастику, знать как правильно организовать игру, самостоятельно играть в разученные игры.
13-14	Особенности игр Коми, Бурятии, Калмыкии. ОРУ. Игры: «Палочка – стукалочка», «Достань шапку», «Я есть!»		Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать особенности игр Коми, Бурятии, Калмыкии, самостоятельно играть в разученные игры.
IV.	Игры народов Кавказа 4 часа		
15-16	Основные факторы, влияющие на здоровье. УГГ. Игры: «Конно – спортивная игра», «Снятие шапки», «Игра в лягушек»		Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать основные факторы, влияющие на здоровье, самостоятельно играть в разученные игры.

17-18	Инструктаж по т.б. Особенности кавказских игр. Упражнения в движении. Игры: «Конное поло», «Чья шеренга победит?», «Отдай платочек».		Знать особенности кавказских игр, правила поведения при играх, уметь выполнять упражнения в движении, самостоятельно играть в разученные игры.
V.	Игры народов Украины, Белоруссии 3 часа.		
19	Как измерить свой пульс? ОФП. Игры: «Колдун», «Иванка», «Мельница»		Уметь выполнять офп, знать как измерить свой пульс, самостоятельно играть в разученные игры.
20	Самоконтроль. ОРУ. Игры: «Охотники и утки», «Заморозка», «Колечко»		Уметь выполнять ору, знать как вести дневник самоконтроля, самостоятельно играть в разученные игры.
21	Для чего нужен режим дня? УГГ. Игры: «Гуси летят», «Сосед, подними руку», «Перетягивание»		Уметь выполнять угг, знать для чего нужен режим дня, самостоятельно играть в разученные игры.
VI	Игры народов Прибалтики. 4 часа		
22-23	Особенности игр народов прибалтики. Дыхательная гимнастика. Игры: «Сторож», «Король мавров», «Черное и белое».		Уметь выполнять дыхательную гимнастику, знать особенности игр народов Прибалтики, самостоятельно играть в разученные игры.
24-25	Инструктаж по т.б. Игра как средство здоровьесбережения. ОРУ. Игры: «Кольцо», «Птица без гнезда», «Король зверей».		Уметь выполнять ору, самостоятельно играть в разученные игры.
VII	Игры народов Средней Азии. 5 часов		Знать особенности среднеазиатских игр, правила поведения при

			играх, уметь выполнять упражнения в движении, самостоятельно играть в разученные игры.
26	Туркменская игра «Чапыш», «Ярты-гулак»		
27	Туркменская игра «Достань платок, джигит»		
28	Узбекская игра «Накрой дастархан»		
29	Таджикская игра «Собери хлопок»		
30	Киргизская игра «Альчики»		
VII	Праздник любимых игр. 3 часа		
31	Праздник любимых игр		Знать: технику безопасности при проведении соревнований по подвижным играм; правила поведения при играх.
32	Праздник любимых игр		
33	Праздник любимых игр		
34	Итоговое занятие.		
	Итого часов:	34	

Литература

1. *Гриженя В.Е.* **Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие.**//

В. Е. Гриженя

2. Гришина Г.Н. Любимые детские игры. // Г.Н.Гришина / М.: ООО «ТЦ Сфера»

3. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов мира. // А.В. Кенеман /М.: Просвещение

4. Лях В. И., Зденевич А. А. Комплексная программа физического воспитания 1-11 класс. //В. И. Лях, А. А. Зденевич / М.: Просвещение