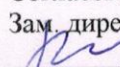


Муниципальное образовательное учреждение
Зеленорощинская средняя школа

Согласовано

Зам. директора по ВР
 А. П. Галиева
«29» августа 2024г



Утверждаю.
Директор МОУ
Зеленорощинская средняя школа
Н. В. Плаксина

Приказ № 448-ОД «29» августа 2024г

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Подвижные игры народов России»

Продолжительность освоения курса: 1 год

Возраст детей: 7-8 лет (1 класс)

Всего часов: 33

Программа разработана
учителем начальных классов
Кузнецовой Е. С.,
первая квалификационная категория

2024 – 2025 уч. г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана в соответствии:

- Федерального Закона №273 от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 г. № 1897, зарегистрирован в Минюсте России 01.02.2011 г., регистрационный номер 19644), с изменениями (утверждены приказами Минобрнауки от 29.12.2014 г. №1644 зарегистрирован в Минюсте России 06.02.2015 г. N 35915, от 31.12.2015 г. №1577 зарегистрирован в Минюсте России 02.02.2016 г. №40937);
- Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.12.2023 № 1028 «О внесении изменений в некоторые приказы Минобрнауки и Минпросвещения России, касающиеся федеральных государственных стандартов основного общего образования и среднего общего образования»
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.01.2024 № 31 «О внесении изменений в некоторые приказы Минобрнауки и
- Минпросвещения России, касающиеся федеральных государственных стандартов начального общего образования и основного общего образования»
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 19.02.2024 № 110 «О внесении изменений в некоторые приказы Минобрнауки и Минпросвещения России, касающиеся федеральных государственных стандартов основного общего образования»

Игра – важный инструмент жизненной активности ребенка. Движение – это жизнь. Природа дала ребенку врожденное стремление к движению, снабдив ценнейшим чувством – чувством «мышечной радости», которое он испытывает двигаясь. Общее снижение интереса к детской игре, как в учебном процессе, так и во внеурочное время в определенной мере утратило значение игр в решении жизнедеятельности ребенка. Хотя именно эти они являются эффективным средством физического развития. Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры народов России» разработана по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности в начальной школе.

Актуальность данной программы заключается в том, что участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка. Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

Цель программы: формирование культуры здорового образа жизни учащихся, заинтересованного уважительного отношения к культуре родной страны, донесение до учащихся национального колорита обычаев народов России с помощью игр.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;

- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

На внеурочную деятельность по курсу «Подвижные игры народов России» в 1 классе отводится 33 часа, по 1 часу в неделю, продолжительность - 40 минут.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности.

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- 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, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;
- метапредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; 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; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;
- предметные результаты – выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие чувства ритма.

Межпредметные связи

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам: «Ознакомление с окружающим», где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается с физкультурой: и по строению урока, и по его насыщенности. Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждый урок имеет конкретную цель — тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия двигательной

активностью, как занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№	Содержание курса	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Формы организации и виды деятельности
Из истории игры (3часа)			
1	Как выбирают водящего	Изучить строевые упражнения, перестроение. Беседа по теме занятия. Подвижные игры по выбору.	Беседа, игра
2	Считалки старинные	Изучить комплекс ОРУ с мячом. Строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Беседа по теме. Подвижные игры по выбору.	Беседа, игра
3	Считалки современные	Изучить комплекс утренней гигиенической гимнастики. Беседа по теме. Подвижные игры по выбору.	Беседа, игра
Подвижные игры(12часов)			
4	Дорожки	Разучить разминку направленную на развитие гибкости. Подвижная игра «Дорожки»	Игра
5	Змейка	Изучить разминку у гимнастической стенки. Подвижная игра «Змейка»	Игра
6	Пустое место	Изучить разминку с	Игра

		малыми мячами. Подвижная игра «Пустое место»	
7	Пятнашки с домом	Повторить разминку у гимнастической стенки. Подвижная игра «Пятнашки с домом»	Игра
8	Мячик кверху	Изучить беговую разминку. Подвижная игра «Мячик кверху»	Игра
9	Перебрасывание мяча	Повторить беговую разминку. Подвижная игра «Перебрасывание мяча»	Игра
10	Летучий мяч	Изучить разминку на матах. Подвижная игра «Летучий мяч»	Игра
11	Зевака	Изучить разминку с закрытыми глазами. Подвижная игра «Зевака»	Игра
12	Попрыгунчики	Повторить разминку на матах. Подвижная игра «Попрыгунчики»	Игра
13	Воробушки и кот	Повторить разминку с закрытыми глазами. Подвижная игра «Воробушки и кот»	Игра
14	Болото	Изучить разминку с обручами. Прохождение полосы препятствий. Подвижная игра «Болото»	Игра
15	Салка на одной ноге	Повторить разминку с обручами. Кроссовый бег. Подвижная игра «Салка	Игра

		на одной ноге»	
Спортивные игры (3 часа)			
16	Городки	Изучить разминку с мячами. Изучить правила игры «Городки». Спортивная игра «Городки»	Игра
17	Бадминтон	Повторить разминку на развитие координации. Изучить правила игры «Бадминтон»	Игра
18	Футбол	Повторить разминку с мячами. Изучить правила игры «Футбол». Спортивная игра «Футбол»	Игра
Игры-соревнования (эстафеты) (8 часов)			
19	«Кто быстрее перенесет кегли». «Ходьба и бег с препятствиями».	Изучить разминку на развитие координации. Игры-соревнования «Кто быстрее перенесет кегли». «Ходьба и бег с препятствиями».	Игра-соревнование
20	«Кто скорее докатит обруч до флажка». «Не намочи ног». «Пройди не урони».	Изучить разминку со стихотворным сопровождением. Игры-соревнования «Кто скорее докатит обруч до флажка». «Не намочи ног». «Пройди не урони».	Игра-соревнование
21	«Кто дольше?» «Покрути обруч». «Кто быстрее соберет кубики».	Изучить разминку с гимнастическими палками. Игры-соревнования «Кто	Игра-соревнование

		дольше?» «Покрути обруч». «Кто быстрее соберет кубики».	
22	«Кто быстрее?» «Кто первым доставит флажок?» «Кто самый ловкий?»	Повторить разминку с гимнастическими палками. Игры соревнования «Кто быстрее?» «Кто первым доставит флажок?» «Кто самый ловкий?»	Игра-соревнование
23	«Пройди по палке, сохраняя равновесие». «Лови быстрее, чтобы не упала».	Изучить разминку на гимнастической скамейке. Прыжки в скакалку. Игры-соревнования «Пройди по палке, сохраняя равновесие». «Лови быстрее, чтобы не упала».	Игра-соревнование
24	«Эстафета со скачками». «Эстафета с обручами».	Повторить разминку на гимнастической скамейке. Игры соревнования «Эстафета со скачками». «Эстафета с обручами».	Игра-соревнование
25	«Сбей кеглю». «Кольцеброс». «Передай мяч».	Изучить разминку со скакалками. Игры-соревнования «Сбей кеглю». «Кольцеброс». «Передай мяч».	Игра-соревнование
26	«Лови и бросай – упасть не давай». «Закати мяч в ворота». «Передай мяч».	Повторить разминку со скакалками. Игры-соревнования «Лови и бросай – упасть не давай». «Закати мяч в ворота». «Передай мяч».	Игра-соревнование
Игры малой подвижности(7часов)			

27	Краски	Изучить разминку с мешочками. Игра малой подвижности «Краски»	Игра
28	Фанты	Повторить разминку с мешочками. Игра малой подвижности «Фанты»	Игра
29	Колечко	Изучить разминку в парах. Игра малой подвижности «Колечко»	Игра
30	Веревочка	Повторить разминку в парах. Игра малой подвижности «Веревочка»	Игра
31	Телефон	Повторить беговую разминку. Игра малой подвижности «Телефон»	Игра
32	Летит - не летит	Повторить разминку на развитие гибкости. Игра малой подвижности «Летит- не летит»	Игра
33	Море волнуется	Повторить разминку с мячами. Игра малой подвижности «Море волнуется»	Игра

4. Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Из истории игры	3
2	Подвижные игры	12
3	Спортивные игры	3
4	Игры-соревнования (эстафеты)	8
5	Игры малой подвижности	7

5. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата		Тема занятия	Примечание
	Планируемая	Фактическая		
1.			Как выбирают водящего?	
2.			Считалки старинные	
3			Считалки современные	
4.			«Дорожки».	
5.			«Змейка»	
6.			«Пустое место»	
7.			«Пятнашки с домом».	
8.			«Мячик кверху»	
9.			«Перебрасывание мяча»	
10.			«Летучий мяч».	
11.			«Зевака».	
12.			«Попрыгунчики».	
13.			«Воробушки и кот».	
14.			«Болото».	
15.			«Салка на одной ноге».	
16.			«Городки».	
17.			«Бадминтон».	
18.			«Футбол»	
19.			«Кто быстрее перенесет кегли». «Ходьба и бег с препятствиями».	
20.			«Кто скорее докатит обруч	

			до флажка». «Не намочи ног». «Пройди не урони». «Кто быстрее соберет кубики».	
21.			«Кто дольше?» «Покрути обруч». «Кто быстрее соберет кубики».	
22.			«Кто быстрее?» «Кто первым доставит флажок?» «Кто самый ловкий?»	
23.			«Пройди по палке, сохраняя равновесие». «Лови быстрее, чтобы не упала».	
24.			«Эстафета со скачками». «Эстафета с обручами».	
25.			«Сбей кеглю». «Кольцеброс». «Передай мяч».	
26.			«Лови и бросай – упасть не давай». «Закати мяч в ворота». «Передай мяч».	
27.			«Краски»	
28.			«Фанты»	
29.			«Колечко».	
30.			«Веревочка».	
31.			«Телефон».	
32.			«Летит – не летит».	
33.			«Море волнуется».	

Список литературы

1. Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
2. 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».
3. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
4. «Детские подвижные игры народов СССР» А.В.Кенеман Москва 2012 г.
5. Былеева, Л.В. Сборник подвижных игр/ Л.В.Былеева. - М.: Просвещение,1990;

