

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

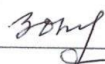
Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Администрация Адмиралтейского района

ГБОУ школа №234

РАССМОТРЕНО

Председатель МО
учителей начальных
классов



Зотова Е.Е.

Протокол №5
от «15» июня 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор школы



Седых И.А.

Приказ №50
от «15» июня 2023 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности

«РУССКИЕ НАРОДНЫЕ ИГРЫ»

Для 1-х классов

1 час в неделю (всего 33 часа)

Автор-составитель: учитель Хусанова Л.М

2023 - 2024 уч. г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры» на 2023-2024 учебный год для учащихся **1 классов (6,5-8 лет)** разработана в соответствии с положениями Закона «Об образовании» в части спортивно-оздоровительного развития и воспитания учащихся, требованиями стандарта второго поколения, составлена на основе программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. 1-4 классы: Авт.-сост. В.Н. Шаулин – издательский дом «Федоров» (Программы начального общего образования. Система Л.В. Занкова) - 2011г., Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников.

При составлении программы использовались УМК. Физическая культура. 1-11 классы: Подвижные игры на уроках и во внеурочное время. / Авт.-сост. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева. - Волгоград: Учитель, 2008; Подвижные игры как форма организации и проведения динамической паузы с детьми младшего школьного возраста. С.С. Пичугин. Начальная школа плюс до и после: журн. – 2006.- №1.; Подвижные игры: Учебное пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры, - М: СпортакадемПресс, 2002; Подвижные игры В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. – М.: Просвещение, 1997.

Место программы в плане внеурочной деятельности

Программа разработана в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, из расчета 1 час в неделю 33 часа в год.

Программный материал спланирован на основе подвижных игр. Предназначен для спортивно-оздоровительной работы с детьми, проявляющих свой познавательный интерес к физической культуре и спорту, а также к знаниям и умениям организации здорового образа жизни.

Целью программы является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, создание условий для физического развития детей, формирования личности ребенка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

Задачи программы:

- активизировать двигательную активность школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью применения их в организации своего отдыха и досуга;
- формировать умение самостоятельно организовывать и проводить игры с учетом особенностей количества участников, места проведения и наличия спортивного инвентаря;
- привитие интереса к осознанному обучению правил подвижных игр для использования их в повседневной жизни;
- укрепление здоровья школьников средствами физкультурно-оздоровительной деятельности, формирование основ здорового образа жизни.

В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Ископ веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, проявлять творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируется устойчивое, уважительное отношение к культуре своей страны, создаются эмоционально

положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, ее культуре и наследию. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижение науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий. Подвижные игры как средство физического воспитания отличаются рядом особенностей. Наиболее характерные из них – это активность и самостоятельность играющих, коллективность действий и непрерывно меняющиеся условия деятельности. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление здоровья детей.

В соответствии со структурой двигательной деятельности программа по «Народным забавам» включает в себя три основных раздела: «Знания о подвижных играх» (информационный компонент деятельности), «Способы двигательной деятельности во время игр (операционный компонент деятельности), «Физическое совершенствование» (процессуально – мотивационный компонент деятельности).

В рабочей программе двигательная деятельность на занятиях по подвижным играм представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивно-оздоровительная деятельность. Каждая из этих линий имеет соответствующие свои три учебных раздела (знания, физическое совершенствование, способы деятельности).

Первая содержательная линия «Физкультурно-оздоровительная деятельность» характеризуется направленностью на укрепление здоровья учащихся и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга. В первом разделе «Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности» даются сведения о правилах здорового образа жизни и различных формах организации активного отдыха средствами подвижных игр, Во втором разделе «Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью» даются комплексы упражнений, направленно содействующих коррекции осанки и телосложения, оптимальному развитию

В третьем разделе «Способы физкультурно-оздоровительной деятельности» дается перечень способов по самостоятельной организации и проведению подвижных игр, приемов контроля и регулирования физических нагрузок, гигиенических процедур.

Вторая содержательная линия «Спортивно-оздоровительная деятельность» соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях подвижными играми и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности учащихся. В первом разделе «Знания о спортивно-оздоровительной деятельности» приводятся сведения по истории возникновения и развитие подвижных игр, раскрываются педагогическая характеристика подвижных игр и методика их проведения, даются представления об общей и специальной физической подготовке и формах их организации. Во втором разделе «Физическое совершенствование со спортивной направленностью» приводятся подвижные игры из базовых видов спорта, имеющих относительно выраженное прикладное значение и вызывающих определенный интерес у учащихся. В третьем разделе «Способы физкультурно-спортивной деятельности» раскрываются способы деятельности, необходимые и достаточные для организации и проведения самостоятельных занятий по подвижным играм.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1 классов

направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов:

Личностные результаты

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной

деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Учебно-тематический план

№ п/п	Темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по русским народным играм	1	1	-
2	История возникновения и развития подвижных игр	2	2	-
3	Организация и проведение русских народных игр	26	8	18
4	Здоровый образ жизни и его составляющие	3	2	1
5	Игры по выбору	1	-	1
Итого		33	13	20

Содержание изучаемого курса программы внеурочной деятельности Поурочное планирование учебного материала внеурочного курса «Русские народные игры»

№ урока	Тема занятий	Цели занятий	Форма организации	Дата план	Дата факт
1.	Вводное занятие	Провести инструктаж по технике безопасности.	Вводный инструктаж	сентябрь	
2.	История развития русских народных игр	Познакомить с историей развития русских народных игр	Беседа, диалог	сентябрь	
3.	Русская народная игра «Салки»	Разучить правила игры «Салки»	Теория практика	сентябрь	
4.	Русская народная игра «Прятки»	Разучить правила игры «Прятки»	Практика	сентябрь	
5.	Русская народная игра «Гуси»	Разучить правила игры «Гуси»	Практика	октябрь	
6.	Твоё здоровье – что это? Русская народная игра «Горелки»	Разучить правила игры «Горелки»	Беседа, диалог, практика	октябрь	
7.	Русская народная игра «У медведя во бору»	Разучить правила игры «У медведя во бору»	Практика	октябрь	
8.	Русская народная игра «Красочки»	Разучить правила игры «Красочки»	Практика	октябрь	
9.	Твой режим дня. Разучивание комплекса утренней гимнастики Русская народная игра «Силачи»	Разучить комплекс утренней гимнастики Разучить правила игры «Силачи»	Практика	ноябрь	

10.	Русская народная игра «Жмурики»	Разучить правила игры «Жмурики»	Практика	ноябрь	
11.	Русская народная игра «Аленушка и Иванушка»	Разучить правила игры «Аленушка и Иванушка»	Практика	ноябрь	
12.	Личная гигиена. Русская народная игра «Казачьи-Разбойники»	Разучить правила игры «Казачьи-Разбойники»	Практика	ноябрь	
13.	Гигиенические требования к подбору спортивной одежды и обуви. Русская народная игра «Удочка»	Разучить правила игры «Удочка»	Практика	декабрь	
14.	Здоровье и питание. Русская народная игра «Кошки-мышки»	Разучить правила игры «Кошки-мышки»	Практика	декабрь	
15.	Твои физические способности. Русская народная игра «Тише едешь»	Разучить правила игры «Тише едешь»	Практика	декабрь	
16.	Вода и питьевой режим. Русская народная игра «Пол, нос, потолок»	Разучить правила игры «Пол, нос, потолок»	Практика	декабрь	
17.	Русская народная игра «Двенадцать палочек»	Разучить правила игры «Двенадцать палочек»	Практика	январь	
18.	Русская народная игра «Двенадцать палочек»	Разучить правила игры «Двенадцать палочек»	Практика	январь	
19.	Когда и как возникли физическая культура и спорт. Русская народная игра «Достань яблоко»	Разучить правила игры «Достань яблоко»	Практика	январь	
20.	Современные Олимпийские игры. Русская народная игра «Брось предмет в цель»	Разучить правила игры «Брось предмет в цель»	Практика	январь	
21.	Что такое физическая культура. Русская народная игра «Отыщи пуговицу»	Разучить правила игры «Отыщи пуговицу»	Практика	февраль	

22.	Твой спортивный уголок. Русская народная игра «Угадай, кто главный»	Разучить правила игры «Угадай, кто главный»	Практика	февраль	
23.	Самоконтроль. Русская народная игра «Делай, как я!»	Разучить правила игры «Дела, как я!»	Практика	февраль	
24.	Правильная осанка и ее значение для здоровья. Русская народная игра «Испорченный телефон»	Разучить правила игры «Испорченный телефон»	Практика	март	
25.	Причины возникновения травм. Русская народная игра «Ха-ха-ха»	Разучить правила игры Ха-ха-ха.	Практика	март	
26.	Русская народная игра «Горячий картофель»	Разучить правила игры «Горячий картофель»	Практика	март	
27.	Русская народная игра «Руки вверх!»	Разучить правила игры «Руки вверх!»	Практика	апрель	
28.	Русская народная игра «Рыбаки и рыбки»	Разучить правила игры «Рыбаки и рыбки!»	Практика	апрель	
29.	Здоровый образ жизни и его составляющие Русская народная игра «Борьба вручную»	Познакомить о правилах здорового образа жизни и различных формах организации активного отдыха средствами игры	Беседа, диалог	апрель	
30.	Праздник «Семьи и спорта» на основе игр и эстафет.	Формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья детей	Практика	апрель	
31.	Мои любимые игры. Игры по выбору	Закрепить правила игры в изученных играх. Выявить знания о понравившихся играх	Практика	май	

32.	Мои любимые игры. Игры по выбору	Закрепить правила игры в изученных играх. Выявить знания о понравившихся играх	Практика	май	
33.	Мои любимые игры. Игры по выбору	Закрепить правила игры в изученных играх. Выявить знания о понравившихся играх	Практика	май	

Учебно-методические средства обучения

Физическая культура. 1-11 классы: Подвижные игры на уроках и во внеурочное время. / Авт.-сост. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева. - Волгоград: Учитель, 2008.

Подвижные игры на уроках и во внеурочное время. / Авт.-сост. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева. - Волгоград: Учитель, 2008.

Подвижные игры как форма организации и проведения динамической паузы с детьми младшего школьного возраста. С.С. Пичугин. Начальная школа плюс до и после: журн. – 2006.- №1.;

Подвижные игры: Учебное пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры, - М: СпортПресс, 2002.

Подвижные игры В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. – М.: Просвещение, 1997.

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	В наличии
1	Мячи резиновые, волейбольные, футбольные, баскетбольные	10
1.	Скакалки	10
1.1	Гимнастические скамейки	5
1.1.	Гимнастические палки	10
1.2	Шведская стенка	6
1.3	Секундомер	1
1.4	Свисток	1
1.5	Обручи	10
1.6	Флажки	20
1.7	Аптечка	нет
1.8	Мяч набивной (2кг, 3кг)	10
1.9	Мяч малый (мягкий)	20
2.	Мячи резиновые	20