

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Основная общеобразовательная школа п. Светлополянск
Верхнекамского района Кировской области.

Утверждаю
Приказ № _____
« ____ » _____ 2025 г.
Директор школы
_____ Желудков В.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности
«Народные игры»

ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

Учитель: Герзанич Н.В.

Категория: первая

Светлополянск, 2025 год

Пояснительная записка

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости обучающихся, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих обучающихся, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих учащихся наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии или продолжали существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией “встраивания” разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Цель программы: удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе;
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;

- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Общая характеристика

Внеурочная деятельность “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 “Кладовую подвижных игр” 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.

Место внеурочной деятельности в учебном плане

Программа рассчитана на 33 часа в год – 1 классы; 34 часа в год – 2-4 классы, с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 35-40 минут. Содержание внеурочной деятельности отвечает всем требованиям. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Ценностными ориентирами содержания данной внеурочной деятельности являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в процессе свободного общения на занятиях.

Планируемые результаты

Личностными результатами являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

Метапредметными результатами кружка является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму;

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

Планируемый результат:

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

Тематическое планирование

1 класс

Название разделов и тем	Всего часов
Раздел 1. Народные считалки. 2ч.	
1.1. Разучивание народных считалок.	1
1.2. Разучивание народных считалок, использование их в играх.	1
Раздел 2. Подвижные игры. 6 ч.	
2.1. Разучивание игры «Совушка».	1
2.2. Разучивание игры «Жмурки». Повторение считалок.	1
2.3. Разучивание игры «Серый волк».	1
2.4. Игры на свежем воздухе	1
2.5. Разучивание игры «День-ночь».	1
2.6. Эстафета с обручами и кеглями.	1
Раздел 3. Сюжетные игры. 5	
3.1. Разучивание игры «Два Мороза». Повторение считалок.	1
3.2. Народная игра «Гуси - лебеди».	1
3.3. Разучивание игры «У медведя во бору». Повторение изученных игр.	1
3.4. Разучивание старинной русской игры «Кошки - мышки».	1
3.5. Весёлые старты.	1
Раздел 4. Игры с бегом. 6	
4.1. Повторение изученных считалок. Разучивание игры - эстафеты «Змейка».	1
4.2. Игра «Салки». Повторение игры «Гуси - Лебеди».	1
4.3. Разучивание игры «Из круга вышибало».	1
4.4. Разучивание игры «Пустое место».	1
4.5. Повторение игр «Из круга вышибало», «Пустое место».	1
4.6. Соревнование «Лучший бегун».	1
Раздел 5. Игры для развития внимания. 7	
5.1. Повторение считалок. Разучивание игры «День, ночь».	1
5.2. Игра «День, ночь». Повторение игр с мячом».	1
5.3. Разучивание игры «Ниточка, иголочка, узелок».	1
5.4. Игры на внимание «Красочки», «Ниточка, иголочка, узелок».	1
5.5. Игры на внимание «Красочки», «День-ночь».	1
5.6. Игры на свежем воздухе	1
5.7. Игры на свежем воздухе	
Раздел 6. Игры с предметами. 7	
6.1. Разучивание народной игры «Лапта».	1
6.2. Народная игра «Лапта».	1
6.3. Игра «Вышибало».	1
6.4. Игра «Вышибало».	1
6.5. Игры на свежем воздухе.	1
6.6. Игры на свежем воздухе.	1
6.7. Весёлые старты.	1
ИТОГО	33

2 класс

Название разделов и тем	Всего часов
Раздел 1. Игры на свежем воздухе.	6
1.1. Повторение считалок. Игры с мячом на свежем воздухе. 1.2. Игры с мячом на свежем воздухе. 1.3. Игры с мячом «Охотники и утки», «Вышибало». 1.4. Подвижные игры на свежем воздухе «Лапта», «Горелки». 1.5. Подвижные игры с бегом «Третий лишний», «Пустое место». 1.6. Весёлые старты	1 1 1 1 1 1
Раздел 2. Игры разных народов.	10
2.1. Русская народная игра «Гуси-Лебеди». 2.2. Русская народная игра «Жмурки». 2.3. Мордовская народная игра «Салки». 2.4. Мордовская народная игра «Салки». 2.5. Игра белорусских народов «Прела – горела». 2.6. Повторение изученных игр. 2.7. Игры татарского народа «Серый волк», «Скок-перескок». 2.8. Игра украинского народа «Колдун». 2.9. Повторение изученных игр. 2.10. Весёлые старты с элементами игр разных народов	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1
Раздел 3. Зимние забавы.	7
3.1. Игры на свежем воздухе «Два Мороза», метание снежков в цель. 3.2. Быстрый спуск на санках. 3.3. Катание на лыжах, санках. 3.4. Катание на лыжах, санках 3.5. Игры на свежем воздухе «Два Мороза», метание снежков в цель 3.6. Лыжные гонки «Самый быстрый» 3.7. Весёлая эстафета на лыжах и санках.	1 1 1 1 1 1 1
Раздел 4. Подвижные игры на развитие внимания, памяти.	5
4.1. Игры «Повторяй за мной», «Запомни движения». 4.2. Игры «Повторяй за мной», «Запомни движения», «Заметь всё». 4.3. Повторение игр «Жмурки», «День, ночь», «Ниточка, иголочка, узелок». 4.4. Игры на внимание «Красочки», «Ниточка, иголочка, узелок». 4.5. Весёлые старты.	1 1 1 1 1
Раздел 5. Игры на свежем воздухе.	6
5.1 Народная игра «Лапта». 5.2. Народная игра «Лапта». 5.3. Игра «Вышибало». 5.4. Игра «Салки с мячом». 5.5. Игры «Вышибало», «Салки с мячом». 5.6. Весёлые старты	1 1 1 1 1 1
ИТОГО	34

3 класс

Название разделов и тем	Всего часов
Раздел 1. Игры на свежем воздухе.	8
1.1. Повторение считалок. Игры с мячом на свежем воздухе.	1
1.2. Игры с мячом на свежем воздухе.	1
1.3. Футбол. Игровые правила.	1
1.4. Футбол.	1
1.5. Подвижные игры на свежем воздухе «Лапта», «Горелки».	1
1.6. Городки.	1
1.7. Городки.	1
1.8. Весёлые старты	1
Раздел 2. Подвижные игры.	7 ч.
2.1. Игра «Перемена мест».	1
2.2. Игра «Пятнашки», «Перемена мест», «Прятки».	1
2.3. Игра «Стой», «Вышибало».	1
2.4. Спортивный аттракцион подвижных игр.	1
2.5. Игры на свежем воздухе.	1
2.6. Командные игры «День-ночь», «Переправа», «Вороны и воробьи».	1
2.7. Эстафета с обручами и кеглями.	1
Раздел 3. Зимние забавы.	8
3.1. Игры на свежем воздухе «Два Мороза», метание снежков в цель.	1
3.2. Быстрый спуск на санках.	1
3.3. Катание на лыжах, санках.	1
3.4. Гонки с горки на санках.	1
3.5. Катание на лыжах, санках.	1
3.6. Катание на лыжах, санках.	1
3.7. Игры на свежем воздухе «Два Мороза», метание снежков в цель.	1
3.8. Весёлая эстафета на лыжах и санках.	1
Раздел 4. Спортивные игры.	5
4.1. Спортивная игра «Пионербол».	1
4.2. Спортивная игра «Пионербол».	1
4.3. Спортивная игра «Пионербол».	1
4.4. Футбол.	1
4.5. Футбол.	1
Раздел 5. Народные игры на свежем воздухе.	
5.1. Лапта.	1
5.2. Лапта.	1
5.3. Городки.	1
5.4. Городки.	1
5.5. Лапта.	1
5.6. Игротека подвижных игр.	1
ИТОГО	34

Название разделов и тем	Всего часов
Раздел 1. Игры на свежем воздухе.	8
1.9. Повторение считалок. Игры с мячом на свежем воздухе.	1
1.10. Игры с мячом на свежем воздухе.	1
1.11. Футбол. Игровые правила.	1
1.12. Футбол.	1
1.13. Подвижные игры на свежем воздухе «Лапта», «Горелки».	1
1.14. Городки.	1
1.15. Городки.	1
1.16. Весёлые старты	
Раздел 2. Подвижные игры.	7 ч.
2.1. Игра «Перемена мест».	1
2.2. Игра «Пятнашки», «Перемена мест», «Прятки».	1
2.3. Игра «Стой», «Вышибало».	1
2.4. Спортивный аттракцион подвижных игр.	1
2.5. Игры на свежем воздухе.	1
2.6. Командные игры «День-ночь», «Переправа», «Вороны и воробьи».	1
2.7. Эстафета с обручами и кеглями.	1
Раздел 3. Зимние забавы.	8
3.1. Игры на свежем воздухе «Два Мороза», метание снежков в цель.	1
3.2. Быстрый спуск на санках.	1
3.3. Катание на лыжах, санках.	1
3.4. Гонки с горки на санках.	1
3.5. Катание на лыжах, санках.	1
3.6. Катание на лыжах, санках.	1
3.7. Игры на свежем воздухе «Два Мороза», метание снежков в цель.	1
3.8. Весёлая эстафета на лыжах и санках.	1
Раздел 4. Спортивные игры.	5
4.1. Спортивная игра «Пионербол».	1
4.2. Спортивная игра «Пионербол».	1
4.3. Спортивная игра «Пионербол».	1
4.4. Футбол.	1
4.5. Футбол.	1
Раздел 5. Народные игры на свежем воздухе.	
5.1. Лапта.	1
5.2. Лапта.	1
5.3. Городки.	1
5.4. Городки.	1
5.5. Лапта.	1
5.6. Игротека подвижных игр.	1
ИТОГО	34

Список литературы:

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г