

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №74»

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО
_____/ Рудева А.А.
Протокол №1
от 24.08.2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УР
_____/Жабина Г.В.
24.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Гимназия №74»
_____/ Т. В. Евдокимова
Приказ № 322-осн
01.09. 2022 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»
для 3-4 класса начальной школы
на 2022/2023 учебный год

Пояснительная записка

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.

Планируемые результаты

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.

Сроки реализации программы

Программа кружка « Игры народов мира» рассчитана на 1 год, предназначена для детей в возрасте 10-11 лет.

Количество часов в год (4 класс) – 34 ч.

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 на спортивном празднике, переменах, в летнем школьном лагере;
- разработать (придумать) свои подвижные игры.

Поурочное тематическое планирование и содержание деятельности

№ п/п	Кол – во часов	Тематика занятий
1.	1 ч.	Ознакомление с особенностями русских народных игр. Проведение и разучивание игр: «Почта», «Коршун», «Пчёлки и ласточки»
2.	1 ч.	Ознакомление с особенностями дагестанских народных игр: «Подними платок», «Слепой медведь», их разучивание
3.	1 ч.	Ознакомление с особенностями осетинских народных игр: «Чепена», «Метание с плеча»
4.	1 ч.	Ознакомление с особенностями чувашской народной игры: «Хищник в море», её разучивание
5.	1 ч.	Совершенствование разученных игр
6.	1 ч.	Ознакомление с особенностями игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Смелые ребята», «Отбивка оленей»

7.	1 ч.	Знакомство с особенностями белорусской народной игры: «Хлоп, хлоп, убегай!»
8.	1 ч.	Разучивание белорусской народной игры: «Жмурки»
9.	1 ч.	Совершенствование разученных белорусских народных игр
10.	1 ч.	Знакомство с особенностями узбекской народной игры «Оксак – карга», ее разучивание
11.	1 ч.	Знакомство с особенностями туркменской народной игры «Ягульга – таусмак», ее разучивание
12.	1 ч.	Праздник здоровья и подвижной народной игры.
13.	1 ч.	Знакомство с особенностями армянской народной игры «Статуя», ее разучивание
14.	1 ч.	Разучивание украинской народной игры «Хромая уточка»
15.	1 ч.	Знакомство с особенностями украинских игр: «Командные прятки», «Кватч»
16.	1 ч.	Совершенствование разученных украинских игр
17.	1 ч.	Знакомство с особенностями игр стран Европы: «Три камешка», «Кварто»
18.	1 ч.	Знакомство с особенностями игр Восточной Азии: «Шарик в ладони», «Аист и лягушка», их разучивание
19.	1 ч.	Знакомство с особенностями американских игр: «Возьмите – положите», «Боевые змеи», их разучивание
20.	1 ч.	Знакомство с особенностями игр африканского континента: «Сенет», «Манкала»
21.	1 ч.	Совершенствование разученных американских игр и африканского континента

22.	1 ч.	Ознакомление с особенностями игр народов Дальнего Востока: «Ручейки, озёра», «Олени упряжки»
23.	1 ч.	Ознакомление с особенностями татарской народной игры: «Перехватчики»
24.	1 ч.	Знакомство с особенностями тувинской народной игры: «Стрельба в мишень», ее разучивание
25.	1 ч.	Разучивание игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Солнце», «Ловля оленей»
26.	1 ч.	Совершенствование разученных игр
27.	1 ч.	Знакомство с особенностями русских народных хороводных игр: «Колпачок», «Жмурки на местах».
28.	1 ч.	Знакомство с особенностями русских народных игр: «Шлёпанки», «Дедушко - медведушко», их разучивание.
29.	1 ч.	Совершенствование разученных русских народных игр: «Шлёпанки», «Дедушко - медведушко», их разучивание.
30.	1 ч.	Знакомство с особенностями татарских народных игр: «Спутанные кони», «Скок - перескок», их разучивание.

31.	1 ч.	Знакомство с особенностями татарской народной игры: «Продаем горшки», ее разучивание.
32.	1 ч.	Праздник здоровья и подвижной народной игры.
33.	1 ч.	Знакомство с особенностями прибалтийских народных игр: «В речку – на берег», «Сельдь», их разучивание.
34.	1 ч.	Совершенствование разученных прибалтийских народных игр: «В речку – на берег», «Сельдь».