

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Торопецкая

основная общеобразовательная школа № 3

СОГЛАСОВАНО:

Зам. Директора по ВР

 /Т.П. Бойкова /

от 29.08.2024 г.

Принята на заседании

Педагогического совета

от 29.08.2024 г.

Протокол №1

УТВЕРЖДЕНО:

Директор школ

 Л.В. Васильева

Приказ № 96 от 29.08.2024 г.

Программа внеурочной деятельности

кружка

«Игры народов России»

физкультурно-спортивной

направленности

Программа рассчитана на детей 9-10 лет

Срок реализации программы: 1 год

составитель:

Сухарская Ю.Я.

учитель физической культуры

высшей квалификационной категории

Торопец 2024 г.

Пояснительная записка

1. Нормативно-правовое обеспечение разработки и реализации программы.

Программа кружка «Игры народов России» внеурочной деятельности разработана с учетом требований и положений, изложенных в следующих документах:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

«Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р;

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897;

Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования»;

Примерная рабочая программа воспитания для общеобразовательных организаций;
Основная образовательная программа начального общего образования общеобразовательной организации.

1.2. Актуальность Программы.

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.)

Актуальность Программы заключается в повышении значимости здорового образа жизни и воспитания обучающихся через интегрированную деятельность по следующим взаимосвязанным направлениям:

- познавательная деятельность;
- спортивно-оздоровительная деятельность.

1.3. Педагогическая целесообразность Программы.

Успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, 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.

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 и/или продолжают существовать.

1.4. Описание места Программы в учебном плане.

Программа для обучающихся 3-4 классов рассчитана на 1 час в неделю, 34 часа учебного времени ежегодно.

2. Цель и задачи Программы.

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 обучающихся 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;

3. Планируемые результаты освоения Программы

Личностные результаты:

- осознанное отношение к национальным базовым ценностям, России, своему народу, своему краю, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике, законам РФ, русскому и родному языку, народным традициям, старшему поколению;
- понимание и осознание моральных норм и правил нравственного поведения, в том числе этических норм взаимоотношений в семье, между поколениями, носителями разных убеждений, представителями различных социальных групп;
- положительный опыт взаимодействия со сверстниками, старшим поколением и младшими детьми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- осознание влияния негативных факторов на здоровье каждого человека, группы людей, сообщества в целом;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- потребность заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни.

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.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

Планируемый результат:

- выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- сознательное применение физических упражнений для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

Предметные:

Обучающиеся научатся:

- соблюдать правила техники безопасности и выполнять правила игр;
- правильно выполнять команды во время игр;
- описывать основные правила подвижных игр;
- характеризовать влияние физических упражнений на различные органы и системы организма;
- определять уровень развития физических качеств.

Обучающийся получит возможность научиться:

- выполнять нормативы ;

- проектировать повышение уровня собственной физической подготовленности.

Методы обучения:

- словесный;
- наглядный;
- познавательных игр;
- организационно-деятельностные игр.

Методы организации и проведения занятия:

- фронтальный метод;
- круговой метод;
- индивидуальный метод;

Образовательные технологии

- технология использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр;
- обучение в сотрудничестве;
- информационно-коммуникационные технологии;
- здоровьесберегающие технологии.

Формы занятий

Традиционные формы организации деятельности учащихся в рамках реализации Программы:

- беседа;
- игра;
- дискуссия;
- тренировка.

Нетрадиционные формы организации учебной деятельности:

- самостоятельная подготовка;
- показное занятие;
- инструктаж (инструктивное занятие);
- тактическое (тактико-специальное) занятие;
- инструкторско-методическое занятие;

Содержание программы

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это

способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Игры народов России» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, 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.

Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Ценностными ориентирами содержания данного кружка 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 ходе свободного общения на занятиях.

Методические рекомендации

Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

Игры-поиски. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

Игры с быстрым нахождением своего места. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

Цели изучения по каждому разделу.

«Русские народные игры»

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

«Игры народов России»

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

«Подвижные игры»

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты»

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

Личностными результатами кружка «Игры народов России» являются следующие умения:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации и с точки зрения общепринятых ценностей, оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Материально-техническое обеспечение

Начальное образование существенно отличается от всех последующих

этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших обучающихся; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.).

Д – демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);

К – полный комплект (для каждого обучающегося);

П – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол-во
1.	Программы по «Физической культуре» (для четырёхлетней начальной школы) (Егоров Б.Б., Пересадина Ю.Е.)	Д
2	Дополнительная литература для учителя	
3	О.А.Степанова: Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие.	Д
4.	Гимнастическая скамейка	П
5.	Стенка гимнастическая	П
6.	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	К
7.	Палка гимнастическая	К
8.	Скакалка детская	К
9.	Мат гимнастический	П
10.	Кегли	К
11.	Рулетка измерительная	Д
12.	Сетка волейбольная	Д
13.	Аптечка	Д

Тематическое планирование 3-й , 4-й класс (34 часа)

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Русская народная игра «Краски», «Жмурки»,	1
2	Русская народная игра «Гори, гори ясно» ,«Кот и мышь»	1
3	Русская народная игра «Ляпка», «Салки»	1
4	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1
5	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1

6	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1
7	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	1
8	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	1
9	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	1
10	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1
11	Марийская народная игра «Катание мяча»	1
12	Татарская народная игра «Серый волк»	1
13	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1
14	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяц»	1
15	Чечено-ингушская игра «Чиж»	1
16	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	1
17	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1
18	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	1
19	Чувашская игра «Рыбки»	1
20	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1
21	Эстафета «Вызов номеров»	1
22	Эстафета по кругу	1
23	Эстафета с обручем	1
24	Эстафета с мячом	1
25	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1
26	Эстафета «Встречная»	1
27	Русская народная игра «Салки»	1
28	Русская народная игра «Пятнашки»	1
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
30	Русская народная игра «Фанты»	1
31	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1
32	Русская народная игра «Волк»	1
33	Русская народная игра «Птицелов»	1
34	Русская народная игра «Птицелов»	1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 21544219559557245818350236768380521217002357697

Владелец Васильева Любовь Викентьевна

Действителен с 23.08.2024 по 23.08.2025