

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 441 Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

«РАССМОТРЕНО»

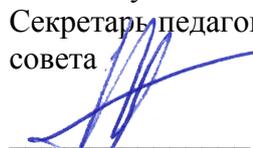
Председателем МО
ГБОУ Гимназии №441
Протокол № 1
от 28 августа 2019 года
Председатель МО



М. А. Онище
нко

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом
ГБОУ Гимназии №441
Протокол № 1
от 29 августа 2019 г
Секретарь педагогического
совета



А. О. Ордина

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказом
по ГБОУ Гимназии №441
от 30 августа 2019 г.

Директор ГБОУ Гимназии
№441
Приказ №83

Н. И. Кулагина



**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Игры народов мира»
направление: спортивно
для 1 классов**

Составитель:
педагог дополнительного образования
Казакова М.В.

Санкт Петербург
2019-2020 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов:

- ✓ Федерального государственного стандарта основного общего образования, 2010г
- ✓ Основной образовательной программой начального общего образования на 2019-2020 учебный год.
- ✓ Учебного плана внеурочной деятельности на 2019-2020 учебный год.
- ✓ Закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012.
- ✓ «Стандарты второго поколения: Рекомендации по организации внеурочной деятельности учащихся».
- ✓ Положение о рабочей программе 2016г.

Цель программы

Создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных народных игр через включение их в совместную деятельность.

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.
- В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся I класса должны: **иметь представление:**
 - о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
 - о режиме дня и личной гигиене;
 - о способах изменения направления и скорости движения;
 - о народной игре как средстве подвижной игры;
 - об играх разных народов;
 - о соблюдении правил игры
- **уметь:**
 - выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
 - выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
 - играть в подвижные игры;
 - выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
 - выполнять строевые упражнения;
 - соблюдать правила игры

Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

На внеурочную деятельность по курсу «Подвижные игры народов мира» отводится 66 часа в год (66 учебные недели по 2 часу в неделю) в 1 классе, предусмотренной учебным планом.

Народная игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игра как средство воспитания.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Роль и место данного курса

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Игры народов мира являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Передовые представители культуры: К. Д. Ушинский, Е. А. Покровский, Д. А. Колодца, Г. А. Виноградов и др. , заботясь о просвещении, образовании и воспитании детей, призывали повсеместно собирать и описывать народные игры, чтобы донести до потомков народный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств.

Алгоритм работы с играми.

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

Поурочное планирование

№ п/п	Разделы	Кол-во часов	Теоретические	Практические
		Всего		
1.	Введение. Основы знаний о	4	2	2

	народной подвижной игре.			
2.	Игры на свежем воздухе.	6	-	6
3.	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	2		2
4.	Игры-эстафеты.	8	-	8
5.	Подвижные игры разных народов.	18	-	18
6.	<i>Общеразвивающие физические упражнения</i> на развитие основных физических качеств.	8	-	8
7.	Подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивной игры.	8	-	8
8.	Зимние забавы	10	-	10
9.	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	64	2	62

Основное содержание обучения

1 раздел (4часа)

Основы знаний о народной подвижной игре.

- Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.

- Разбор и проигрывание игр наших родителей. Понятие правил игры.

Выработка правил.

- Пятнашки.

- Фанты.

- Горелки.

- Лапта.

- Блуждающий мяч.

2 раздел (6 часа)

Игры на свежем воздухе.

- Русские народные игры. «Ловушка».

- Групповые игры. «Охотник и сторож».

- Групповые игры. «Карусель», «Совушка».

3 раздел (2час)

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

- Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек.
- Оборудование: скакалки, спортивные обручи, мячи, кегли.

4 раздел (8 часа)

Игры-эстафеты.

- Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».
- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
- Эстафеты с бегом и прыжками.
- Эстафеты с преодолением препятствий.

5 раздел (18 часов)

Подвижные игры разных народов.

- Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».
- Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».
- Игры белорусского народа. « Михасик», «Прела-горела».
- Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок»
- Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».
- Игры украинского народа. « Высокий дуб» «Колдун».
- Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек»
- Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки».
- Игры калмыцкого народа. «Альчики», «Забрасывание белого мяча»

6 раздел (8 часа)

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
- Упражнения со скакалками.
- Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (“змейкой”, “по кругу”, “спиной вперед”), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий старт с последующим стартовым ускорением.
- Упражнения со скалками.

7 раздел (8 часа)

Подвижные игры, основанные на элементах:

- гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка»;
- легкой атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву»;
- лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»;
- спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

8 раздел (5 часов)

Зимние забавы

- Зимой на воздухе. «Городки».
- Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов».
- Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».
- Эстафета на санках.
- Лыжные гонки.

9 раздел (2 час)

Итоговое занятие

- Праздник здоровья и подвижной народной игры.

Литература

Гриженя В.Е. **Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие** – М., Советский спорт, 2005. – 40 с.

Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.

Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 198

Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.

Дусовицкий А.К., Воспитывая интерес. – М., 2005

Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000

Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001

Коробейников Н.К., Физическое воспитание. – М., 1989

Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М., 1991

Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 1986.

Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей. – М., 1999.

Осокина Т.И., Детские подвижные игры. – М., 1989.

Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. – М., 1984.

Соловейчик С.Л., От интересов к способностям. – М., 1998.