

Выписка верна
И.о. директора школы



О.Н. Григорьева

**Выписка из ООП НОО,
утверждённой приказом № 272 от 31.08.2023 г.**

**Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности
«Народные подвижные игры»»
Уровень начального общего образования
Срок реализации: 1 год**

Пояснительная записка.

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Народные подвижные игры» (Учебный курс внеурочной деятельности) Основной образовательной программы начального общего образования (ООП НОО) разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ФГОС НОО (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»);

с учетом:

- Рабочей программы воспитания МБОУ школы №1;
- Письма Министерства Просвещения Российской Федерации от 5 июля 2022 года № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций»

в соответствии с:

- Положением об организации внеурочной деятельности в МБОУ школе №1.

Цель учебного курса:

Способствовать духовному совершенствованию физически здоровой личности обучающихся, расширению его историко-культурного кругозора.

Задачи:

Обучающие:

- приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;
- обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

Развивающие:

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- гармоническое развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
- повышение физической и умственной работоспособности школьника.

Воспитывающие:

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
- привить учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Учебный курс предназначен для обучающихся 1 классов; срок освоения курса 1 год, рассчитан на 1 час в неделю в каждом классе.

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Народные подвижные игры» реализуется с учетом Рабочей программы воспитания МБОУ школы №1:

Программа учебного курса внеурочной деятельности реализуется по направлениям воспитания Рабочей программы воспитания

- гражданское воспитание;
- патриотическое воспитание;
- духовно-нравственное воспитание;
- физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия.

Личностные результаты освоения обучающимися учебного курса внеурочной деятельности соответствуют целевым ориентирам результатов воспитания на уровне основного общего образования Рабочей программы воспитания.

Содержание учебного курса.

1 год освоение курса. 1 класс

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Русские народные подвижные игры – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогической деятельности. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Программа представлена четырьмя блоками: изучаем наследие предков играем по правилам; русские народные подвижные игры; зимние виды народных игр; национальные подвижные игры.

Раздел 1.Изучаем наследие предков, играем по правилам

Правила техники безопасности по подвижным и спортивным играм. Играем по правилам.

Игровые упражнения с бегом, прыжками. Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». «Чай, чай выручай».

Русские народные игры. Игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием.

Игры на внимание. «Ловишка» «Охотники и сторож», По кочкам и пенечкам»

Подвижные игры на развитие ловкости. Игровые упражнения с бегом, прыжками с преодолением малых препятствий. Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки».

Подвижные игры с перебежками. Разучивание игр «Мышеловка»,«У медведя во бору», «День и ночь».

Игровые упражнения в сочетании с бегом и прыжками, бегом и метанием, прыжками и метанием. Игры «Охотники и утки». «Кто дальше» «Брось-поймай»

Подвижные игры на развитие координации. Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда».

Раздел 2. Русские народные подвижные игры

Игры для ловких и сообразительных.

Игровые упражнения с передачей предметов. Разучивание игры «Береги предмет», «Кто первый через ров?»

Подвижные игры. Развиваем ловкость, быстроту, смекалку.

Подвижные игры на точность. Самостоятельные игры: «Вышибалы», «Салки».

Подвижные игры с бегом, прыжками. Игра «Пустое место», «Третий лишний»
Игровые упражнения со скакалкой.

Подвижные игры: «Кто дольше не собьётся», «Удочка». «Рыбак и рыбка»

Игровые упражнения на развитие основных физических качеств с предметами и без предметов. «Горелки», «Шишки, желуди, орехи»

Игровые упражнения с передачей предметов. «Мяч соседу», «Передал - садись», «Гуси- лебеди».

Старинные народные игры.

Играем вместе в русские народные подвижные игры

Раздел 3. Зимние виды игр.

Правила техники безопасности на занятиях в зимний период.

Игровые упражнения на лыжах без палок. Игра «Быстро и точно».

Игровые упражнения на санках. Катание на санках Разучивание игр: «Гонки санок» «Попади в цель».

Катание на лыжах. Игровые упражнения на лыжах. Игры «Быстрые упряжки», «Кто дальше».

Катание на лыжах. Игровые упражнения с палками на подъёмах на склон.
Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки»

Катание на лыжах и санках со склонов различной крутизны.

Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето»

Игровые упражнения: с метанием снежков по движущейся цели, катание на санках с горок.

Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен»

Зимние забавы. Игры на свежем воздухе: «Городки», «Клуб ледяных построек», «Попади в ворота»

Игровые упражнения на сопротивление. Игры «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». «У медведя во бору», «Совушка».

Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.

Подвижные игры. «Попади в последнего»

Раздел 4. Национальные подвижные игры

Игры моей Родины.

Игры народов Удмуртии

Национальные подвижные игры других стран. Наши ближние соседи.

В гостях у Японии. В гостях у Германии.

Подвижные игры на развитие основных физических качеств с предметами и без предметов.

Народные подвижные игры. Играем вместе.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты освоения программы начального общего образования сформированы с учетом рабочей программы воспитания, отражают готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе, в том числе в части:

Личностные результаты освоения учебного курса.

Обучающийся готов руководствоваться ценностями и приобрел первоначальный опыт деятельности на их основе, в том числе в части

Гражданского воспитания:

- Знает и принимает свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе.
- Понимает сопричастность к прошлому, настоящему и будущему народа России, тысячелетней истории российской государственности на основе исторического просвещения, российского национального исторического сознания.

Патриотического воспитания:

- Сознает свою национальную, этническую принадлежность, любит свой народ, его традиции, культуру.
- Проявляет уважение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в родной стране.
- Проявляет интерес к познанию родного языка, истории и культуры своего края, своего народа, других народов России.

Духовно-нравственного воспитания:

- Знает и уважает духовно-нравственную культуру своего народа, ориентирован на духовные ценности и нравственные нормы народов России, российского общества в ситуациях нравственного выбора (с учётом национальной, религиозной принадлежности).
- Выражает готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм с учётом осознания последствий поступков.
- Выражает неприятие антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России духовно-нравственным нормам и ценностям.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- Понимает ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде.
- Выражает установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность).
- Проявляет неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимает их последствия, вреда для физического и психического здоровья.
- Умеет осознавать физическое и эмоциональное состояние (свое и других людей), стремится управлять собственным эмоциональным состоянием.
- Способен адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.

- Выражает готовность к осознанному выбору и построению индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов, потребностей.

Метапредметные результаты освоения учебного курса.

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;

объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;

определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;

выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;

устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

2) базовые исследовательские действия:

определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;

с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;

сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);

проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть - целое, причина - следствие);

формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);

прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

3) работа с информацией:

выбирать источник получения информации;

согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;

соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет;

анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;

самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;

проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;

признавать возможность существования разных точек зрения;
корректно и аргументированно высказывать свое мнение;
строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;
создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);
готовить небольшие публичные выступления;
подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

2) совместная деятельность:

формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

ответственно выполнять свою часть работы;

оценивать свой вклад в общий результат;

выполнять совместные *проектные задания* с опорой на предложенные образцы.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;

выстраивать последовательность выбранных действий;

2) самоконтроль:

устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;

корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

Результаты освоения учебного курса:

Обучающийся научится:

— представлять занятия как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных 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 инвентарем 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;

— находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

— участвовать в народных играх, развивающих подвижных ролевых играх с заданиями на выполнение движений под музыку, изображение движением типовых движений одушевлённых предметов; выполнять игровые задания; общаться и взаимодействовать в игровой деятельности;

— развивать ценностное отношение к своему здоровью, побуждать к здоровому образу жизни, воспитывать силу воли, ответственность, формирование установок на защиту слабых.

Тематическое планирование учебного курса.

Тема, раздел курса	Программное содержание	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Изучаем наследие предков, играем по правилам 8 часов			
1 2	Правила техники безопасности по подвижным и спортивным играм. Играем по правилам.	Беседа	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/main/189768/
3	Русские народные игры Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». «Чай, чай выручай».	Подвижная игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6193/start/195311/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6193/main/195315/
4	Игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием. Игры на внимание. «Ловишка» «Охотники и сторож», По кочкам и пенечкам»	Подвижная игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/main/190552/
5	Подвижные игры на развитие ловкости. Игровые упражнения с бегом, прыжками с преодолением малых препятствий. Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки».	Подвижная игра в спортивном зале	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/189786/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/main/189789/
6	Подвижные игры с перебежками. Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во бору», «День и ночь».	Подвижные игры на свежем воздухе	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/189806/
7	Игровые упражнения в сочетании с бегом и прыжками, бегом и метанием, прыжками и метанием. Игры «Охотники и утки». «Кто дальше» «Брось-поймай»	Соревнование	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/main/189809/
8	Подвижные игры на развитие координации. Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда».	Подвижные игры на свежем воздухе	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/189826/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/main/189829/
Русские народные подвижные игры 8 часов			
1	Игры для ловких и сообразительных. Игровые упражнения с передачей предметов Разучивание игры «Береги предмет», «Кто первый через ров?»	Подвижные игры на свежем воздухе	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/start/278987/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/main/278991/
2	Подвижные игры. Развиваем ловкость, быстроту, смекалку	Соревнование	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3628/start/92240/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3628/main/92244/
3	Подвижные игры на точность. Самостоятельные игры:	Подвижные игры на свежем	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/

	«Вышибалы», «Салки».	воздухе	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/main/189870/
4	Подвижные игры с бегом, прыжками. Игра «Пустое место», «Третий лишний»	Подвижные игры на свежем воздухе	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/main/192647/
5	Игровые упражнения со скакалкой. Подвижные игры: «Кто дольше не собьётся», «Удочка». «Рыбак и рыбка»	Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/main/192703/
6	Игровые упражнения на развитие основных физических качеств с предметами и без предметов. «Горелки», «Шишки, желуди, орехи»	Подвижные игры на свежем воздухе	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/main/192730/
7	Игровые упражнения с передачей предметов. «Мяч соседу», «Передал - садись», «Гуси-лебеди». Старинные народные игры.	Подвижные игры в спортивном зале	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/start/224142/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/main/224146/
8	Играем вместе в русские народные подвижные игры	Подвижные игры на свежем воздухе	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/main/195262/
Зимние виды игр 11 часов			
1	Правила техники безопасности на занятиях в зимний период. Игровые упражнения на лыжах без палок. Игра «Быстро и точно».	Беседа	http://www.gomelscouts.com/tochno-v-cel.html
2	Игровые упражнения на санках. Катание на санках Разучивание игр: «Гонки санок», «Попади в цель».	Игровые упражнения на свежем воздухе	https://nashydeti.com/sovetskaya-igra-popadi-v-mishen/
3	Катание на лыжах. Игровые упражнения на лыжах. Игры «Быстрые упряжки», «Кто дальше».	Игровые упражнения на школьном стадионе	https://doshvozrast.ru/igra/igrapodvig11.htm
4	Катание на лыжах. Игровые упражнения с палками на подъёмах на склон. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки»	Игровые упражнения на школьном стадионе	https://www.youtube.com/watch?v=48xyxZts_uk
5 6	Катание на лыжах и санках со склонов различной крутизны. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето»	Игровые упражнения на школьном стадионе	https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2020/12/14/karto
7 8	Игровые упражнения: с метанием снежков по движущейся цели, катание на санках с горок. Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен»	Игры на свежем воздухе	https://mojakroxa.ru/?p=1470
9	Зимние забавы. Игры на свежем воздухе: «Городки», «Клуб ледяных построек», «Попади в ворота»	Игры на свежем воздухе	https://pro-derbent.ru/gorodki-starinnaya-russkaya-igra

10	Игры на сопротивление. Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». «У медведя во бору», «Совушка».	Соревнование	https://doshvozrast.ru/igra/igrapodvig11.htm
11	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. «Попади в последнего»	Игра	https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/meropriyatia/sbornik-podvizhnykh-igh
Национальные подвижные игры 6 часов			
1	Народные подвижные игры моей Родины	Беседа с презентацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/main/278964/
2	Народные подвижные игры моей Родины.	Беседа с презентацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3531/start/278935/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3531/main/278939/
3	Национальные подвижные игры других стран.	Беседа с презентацией	
4	Национальные подвижные игры других стран.	Подвижная игра в спортивном зале	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6191/start/195233/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6191/main/195236/
5	Национальные подвижные игры других стран.	Подвижная игра в спортивном зале	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5167/start/195285/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5167/main/195289/
6	Народные подвижные игры на развитие основных физических качеств с предметами и без предметов.	Подвижная игра в спортивном зале	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3628/start/92240/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3628/main/92244/