


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Афоньевская основная общеобразовательная школа
Волоконовского района Белгородской области»

<p>«Рассмотрено» на методическом совете МБОУ «Афоньевская ООШ» Протокол № <u>1</u> от «<u>30</u>» <u>08</u> 2023 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора <u>Скурятина О.В.</u> «<u>30</u>» <u>08</u> 2023 г.</p>	<p>«Утверждено» Директор <u>Сапрыкина С.И.</u> Приказ № <u>93</u> от «<u>30</u>» <u>08</u> 2023 г.</p>
---	--	--



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«НАРОДНЫЕ ИГРЫ»
1-4 классы**

Составитель: Мирошников Роман Геннадиевич,
учитель физической культуры,
первая квалификационная категория

Афоньевка 2023

Оглавление

1. Введение.....	3
2. Пояснительная записка.....	4 - 6
3. Содержание программы	7- 8
4. Учебно-тематическое планирование.....	9-17
5. Список литературы.....	18

Введение

Перед начальной школой сегодня встала серьезная и важная проблема: организация образовательного процесса с учетом всех норм и правил, способствующих сохранению и укреплению здоровья младших школьников. Ни для кого не секрет, что от состояния здоровья детей во многом зависит благополучие любого общества.

Каждый педагог хочет видеть своих воспитанников здоровыми, веселыми, хорошо физически развитыми. С момента рождения нормально развивающийся ребенок стремится к движениям. Повышенная двигательная активность – биологическая потребность организма, от степени, удовлетворения которой зависит здоровье детей, не только их физическое, но и общее развитие.

К сожалению, современные младшие школьники все меньше двигаются. В связи с этим большое значение приобрела проблема систематической организации отдыха младших школьников и проведение динамических перемен. Проводимые динамические переменны положительно влияют на двигательную деятельность ребенка. Но чем можно заинтересовать детей, чем завлечь их внимание на переменных? Все это вызвало необходимость введения новых программ по организации и проведению динамических перемен с детьми младшего школьного возраста. Большим подспорьем в решении проблемы организации отдыха младших школьников и проведения динамической паузы между занятиями, по нашему мнению, стало проведение подвижных игр и эстафет.

2. Пояснительная записка

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

Народные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку находчивость, волю, стремление к победе.

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

Цель программы: создание условий для развития интереса к народным играм через включение детей в совместную деятельность.

Задачи:

- способствовать расширению кругозора учащихся;
- содействовать взаимодействию взаимопониманий;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, ловкость, быстроту реакции, стремление приблизиться к цели;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность;
- активизировать двигательную деятельность детей.

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.

Игра в жизни ребенка.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребенка. Он начинает играть до того, как научится выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая двигательная деятельность не является врожденной способностью, свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребенка условно рефлекторным путем, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребенка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

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. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

Группировка игр.

- С элементами общеразвивающих упражнений.
- С бегом на ловкость.
- С бегом на скорость.
- С прыжками на месте и с места.
- С прыжками в высоту.
- С прыжками в длину с разбега.
- С метанием на дальность.

Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирования у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Раскрытие у детей лидерских качеств.
- Формирования у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры в самостоятельных занятиях.

На занятиях:

- Развиваем силу. (Сила - это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий).
- Развиваем быстроту и скоростно-силовые способности. (Под быстротой понимают возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени).
- Развиваем выносливость. (Под выносливостью понимают, способность к длительному выполнению какой - либо работы без заметного снижения работоспособности).
- Развиваем координационные способности. (Это возможность оптимально управлять сложными двигательными действиями и регулировать их).
- Развиваем гибкость. (Гибкость- способность человека выполнять движения с большой амплитудой).

4. Содержание программы

Народные игры, предложенные данной программой, можно разделить на следующие группы. В первую группу игр входят русские народные игры, отражающие отношение человека к природе. При использовании игр этой группы у ребенка формируется бережное отношение к родной природе.

Во вторую группу - игры, отражающие быт русского народа. Дети, знакомясь с этой группой игр, узнают образ жизни их предков, какую работу они выполняли в быту.

В третью группу входят русские народные игры, отражающие жизнь русских детей. Школьники знакомятся с играми и развлечениями русских детей, живших в прошлом.

В четвертую группу - отражающие русские народные состязания. При использовании этой группы игр формируется чувство патриотизма и гордости за родное Отечество. Дети знакомятся с наиболее значимыми победами русского народа, с именами русских богатырей, с системой их подготовки, сами получают возможность посостязаться, помериться силами.

Все игры можно структурировать по мере двигательной активности.

В первый структурный элемент игр включить игры, согласно интенсивности движений: малой, средней, высокой интенсивности.

Ко второму структурному элементу отнести русские народные игры с бегом, прыжками, метаниями, ходьбой и другими видами движений.

В третьем структурном элементе обобщить игры по степени их сложности, и разделить на простые, переходные, командные. Так, простые это игры, в

которых каждый участник, соблюдая правила, борется за одного себя. Вся игровая деятельность в них направлена на личное совершенствование, на достижение личного превосходства над другими в ловкости, меткости, силе и других качествах. В играх главное значение приобретает личная инициатива и умение использовать свои личные качества, двигательные возможности. В переходных играх играющие отстаивают свой интерес в первую очередь, но иногда, по личному желанию, помогают товарищам, выручая их. В командных играх играющие составляют отдельные коллективы – команды, которые характеризуются совместной деятельностью, направленной на достижение

В четвёртый структурный элемент включить игры с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, разговорные, сюжетные.

Пятый структурный элемент скомпоновать по кондиционным и координационным качествам, преимущественно проявляемым в игре. Сюда входят игры, способствующие преимущественному воспитанию быстроты, силы, координации и другим физическим качествам.

При подборе русских народных игр были учтены задачи, поставленные в вариативной части комплексной программы физического воспитания.

5.Перечень учебно-методической литературы

1. Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях: Санитарно-эпидемиологические правила СанПиН 2.4.2.-1178-02. — М., 2002.
2. Зайцева В. В. Зачем учиться физкультуре. — М., Вентана Граф, 2002.
3. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. — М., 2002.
4. Чупаха И. В., Пужаева Е. З., Соколова И. Ю. Здоровьесберегающие технологии. — М., 2003.
5. Берхман И. И. «Валеология – наука о здоровье». М.: ФиС, 2006 г.
6. Брюнему Э., Хорнес Э., Хафф Я., «Бегай, прыгай, метай». М.; ФиС, 2007 г.
7. Былеева Л. В., Яковлев В. Г. «Подвижные игры». М.: ФиС, 2006 г.
8. Глязер С. «Зимние игры и развлечения». М.: ФиС, 2006 г.
9. Коротков И. М. «Подвижные игры в занятиях спортом». М.: ФиС, 2006 г.
10. Кожевникова Н. Г. «Спортивные развлечения и игры». М.: Просвещение, 2005 г.
11. Ленерт Г., Лапман И. «Спортивные игры и упражнения». М.: ФиС, 2005 г.
12. Яковлев В. Г. «Игры для детей». М., Просвещение, 2005 г.

Рекомендуемая литература для родителей и детей.

1. Былеева Л. В., Яковлев В. Г. «Подвижные игры», Учебное пособие для институтов физической культуры, М.: Физкультура и спорт, 2004 г.
2. Воронова В. Я. «Творческие игры младших школьников». М.: Просвещение, 2005 г.
3. Геллер Е. М. «Игры на переменах для школьников 1 – 4 классов». М. : Физкультура и спорт, 2005 г.
4. Георгиевский В. А., Шитикова Л. И., «Проведение праздников в начальных классах». М.: Просвещение, 2007 г.
5. Минский Е. М. «Игры и развлечения в ГПД». М.: Просвещение 2006 г.
6. Фатеева Л. П. «300 подвижных игр для младших школьников». Популярное пособие для родителей и педагогов., Ярославль: Академия развития, 2006 г. – 224с.

