

Приложение
к основной образовательной программе основного
общего образования, утвержденная приказом
директора МБОУ
СОШ №5 от 31.08.2023 № Ш5-13-924/3

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Курс: «Подвижные игры народов России»

Класс: 5 Б В Г Д

Количество часов (всего): 34 ч.

Учитель: Апакаева Наталья Владимировна

Учебный год: 2023 – 2024 учебный год

Программа внеурочной деятельности - модель совместной деятельности педагога и ребенка, отражающая процесс обучения, воспитания и творческого развития.

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры народов России» для 6 класса составлена в соответствии Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 (с изменениями), на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования МБОУ СОШ №5.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности конкретизирует распределение материала по темам и последовательность изучения тем с учетом логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся, межпредметных и внутрипредметных связей.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры.

Тип программы – возрастная образовательная.

Программа составлена на основе: рабочей программы по физической культуре 5-7 классы, А.П. Матвеев и В.И. Лях
Подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в них 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 подвижные 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, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные 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 определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Игра в жизни ребёнка.

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

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью, свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность

возникает в жизни ребёнка условно - рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка 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. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Алгоритм работы с играми:

- Знакомство с содержанием игры.
- Объяснение содержания игры.
- Объяснение правил игры.
- Разучивание игр.
- Проведение игр.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры.

Актуальность. В настоящее время главной проблемой в школе является недостаток двигательной активности. Именно в недостатке двигательной активности кроется сегодня основная причина отклонений в физическом развитии и состоянии здоровья современных детей. Серьезным испытанием для детей являются и первые годы их пребывания в школе. Дети испытывают значительные нагрузки, связанные с большой интенсивностью умственной деятельности, с напряжением зрительного аппарата, необходимостью длительно сохранять рабочую позу. Эти факторы, вместе взятые ограничивают ребят в столь необходимом им движении, создают предпосылки для различных отклонений в состоянии здоровья. К тому же, в школе нет возможности для изучения и внедрения подвижных игр, в связи с перегруженностью учебной программы и отсутствием времени.

Новизна и отличительная особенность. В педагогической науке подвижные игры рассматриваются как важнейшее средство всестороннего развития ребенка. Игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующим развитию физических и умственных норм, правил поведения, этических ценностей общества, а национальные подвижные игры прививают ребенку культурное наследие его окружающего общества и подготавливают к выходу в большой мир. Подвижная игра учит искренности, товариществу. В коллективных играх выявляются дети-организаторы, дети-вожаки, умеющие упорно стремиться к цели, увлекать за собой других. Умелое, вдумчивое руководство игрой со стороны педагога способствует воспитанию активной творческой личности, формируют в детях характер, волю, воспитывают патриотические, интернациональные чувства

В играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма. Играя и реализуя различные формы активности, дети познают себя, свое тело, изобретают, творят, при этом развиваются гармонично и целостно.

Цель программы:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию и всесторонней физической подготовленности учащихся;
- развитие жизненно важных двигательных умений и навыков, формирование опыта двигательной деятельности;
- воспитание познавательной активности, интереса и инициативы, культуры общения в учебной и игровой деятельности.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Научить правилам игр.
2. Познакомить детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга.

Развивающие:

1. Способствовать развитию физических качеств, способствовать гармоничному развитию личности.
2. Развивать умения планировать, анализировать.
3. Развивать общую физическую подготовку.
4. Развивать работоспособность, выносливость, собранность, уверенность в себе, скорость принятия решения.

Воспитательные:

1. Формировать чувство ответственности.
2. Воспитывать морально-волевые качества.
3. Способствовать формированию настойчивости, дисциплинированности, взаимопомощи, самостоятельности, лидерских качеств.
4. Воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Формы организации деятельности – групповая, индивидуальная, индивидуально-групповая.

Формы организации занятий – Беседа, спортивная тренировка, круговая тренировка, тренировка по станциям, игра.

Ожидаемые результаты :

- 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.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 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 строевые упражнения;
- соблюдать правила игры

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
3	Основные виды движений	3	-	3
4	Упражнения для развития физических качеств	3	-	3
5	Дифференцированная двигательная деятельность	3	-	3
6	Спортивные игры; эстафеты с мячом	12	1	11
7	Игровые задания с элементами спортивных игр	11	2	9
8	Контрольные испытания	2	1	1
	Итого:	34	4	30

Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата			Содержание, основные понятия
			Класс	план	факт	
1	Вводный урок. Обще-развивающие упражнения. «Салки» (русская народная, игра). Подвижные игры с мячами. «Вышибалы».	0,5				Рассказать технику безопасности Основы подвижных игр
2	Обще-развивающие упражнения. Эстафеты с мячами. Спортивная игра «Футбол»	0,5				Основы футбола
3	Специальные беговые упражнения. Подвижные игры на основе волейбола «На чьей стороне мяч?», «Гонка мячей».	0,5				Основы волейбола
4	Обще-развивающие упражнения. Спортивные игры на основе волейбола «Пионербол». Правила игры в пионербол.	0,5				Основы пионербола
5	Обще-развивающие упражнения. «Кошки-мышки» (русская народная игра). Эстафеты с мячами. Спортивная игра «Футбол»	0,5				Основы футбола
6	Обще-развивающие упражнения. «Салки» (русская народная, игра). «Пионербол». Расстановка на площадке. Судейские жесты правила.	0,5				Основы пионербола

7	Обще-развивающие упражнения. «Липкие пеньки» (башкирская народная игра). «Пионербол». Подача мяча, рациональные действия в атаке.	0,5				Основы пионербола Основы подвижных игр
8	Обще-развивающие упражнения. Эстафеты с мячами. Спортивная игра «Футбол»	0,5				Основы футбола
9	Обще-развивающие упражнения. «Вестовые» (якутская народная игра). Спортивные игры на основе баскетбола «Десять передач»	0,5				Основы баскетбола Основы подвижных игр
10	Обще-развивающие упражнения с мячом. Подвижные игры с элементами баскетбола «Десять передач», «Мяч капитану».	0,5				Основы баскетбола
11	Специальные беговые упражнения. «Горелки» (русская народная игра). Подвижные игры с элементами баскетбола. «Стритбол», правила, судейские жесты.	0,5				Основы стритбола Основы подвижных игр
12	Обще-развивающие упражнения с мячом. «Капканы» (русская народная игра). Спортивные игры с элементами баскетбола: «Мяч капитану».	0,5				Основы баскетбола Основы подвижных игр

13	Обще-развивающие упражнения. «Удмуртские горелки» (удмуртская народная игра). Спортивная игра «Пионербол».	0,5				Основы пионербола Основы подвижных игр
14	Обще-развивающие упражнения с мячом. «Шапка канатоходца» (игра народов Дагестана). «Пятнашки с передачами мяча».	0,5				Основы баскетбола Основы подвижных игр
15	Обще-развивающие упражнения. «Ястреб и утки» (бурятская народная игра). Эстафеты с мячами. Подвижная игра «Вышибалы».	0,5				Основы игры вышибалы
16	Обще-развивающие упражнения. Эстафеты с передачей мячами. Подвижная игра «Пятнашки с мячом».	0,5				Основы баскетбола
17	Обще-развивающие упражнения. «Два мороза» (русская народная игра). Эстафеты. «Пионербол».	0,5				Основы пионербола Основы подвижных игр
18	Обще-развивающие упражнения. «Хромая лиса» (татарская народная игра). Эстафеты. Подвижная игра «Перестрелка».	0,5				Основы игры перестрелка Основы подвижных игр
19	Обще-развивающие упражнения с мячом. «Отгадай» (игра народов Дагестана). Подвижная игра «Десять передач»,	0,5				Основы упражнений с мячом Основы подвижных игр

20	Обще-развивающие упражнения. «Стой, олень» (игра народов Коми). Эстафеты с мячами. Подвижные игры с элементами баскетбола.	0,5				Основы баскетбола Основы подвижных игр
21	Обще-развивающие упражнения. «Капканы» (русская народная игра). Эстафеты. Подвижная игра «Рыбаки и рыбки»	0,5				Основы подвижных игр
22	Обще-развивающие упражнения. «Волк и овцы» (русская народная игра). Спортивная игра «Мини-Баскетбол»	0,5				основы мини-баскетбола Основы подвижных игр
23	Обще-развивающие упражнения. «Удмуртские горелки» (удмуртская народная игра). Эстафеты. Подвижная игра «Рыбаки и рыбки»	0,5				Основы подвижных игр
24	Обще-развивающие упражнения с мячом. «Пятнашки с передачами мяча». Подвижные игры с элементами баскетбола.	0,5				Основы баскетбола
25	Обще-развивающие упражнения. «Жмурки» (русская народная игра). Эстафеты с мячами.	0,5				Основы подвижных игр
26	Обще-развивающие упражнения. Эстафеты с передачей мячами. Подвижная игра «Пятнашки с мячом».	0,5				Основы игры пятнашки
27	Обще-развивающие упражнения. Эстафеты. «Пионербол». Подвижные игры с элементами баскетбола.	0,5				Основы пионербола

28	Обще-развивающие упражнения. «Ястреб и утки» (бурятская народная игра). Эстафеты.	0,5				Основы подвижных игр
29	Обще-развивающие упражнения с мячом. «Вестовые» (якутская народная игра). Подвижная игра «Десять передач».	0,5				Основы подвижных игр
30	Обще-развивающие упражнения. Эстафеты с мячами. Спортивная игра «Футбол»	0,5				Основы футбола
31	Специальные беговые упражнения. Подвижные игры на основе волейбола «На чьей стороне мяч?»	0,5				Основы подвижных игр
32	Обще-развивающие упражнения. «Маляр и краски» (татарская народная игра). Подвижные игры на основе волейбола «Пионербол».	0,5				Основы пионербола Основы подвижных игр
33	Обще-развивающие упражнения. «Слепой медведь» (осетинская народная игра). Спортивные игра «Футбол»	0,5				Основы футбола Основы подвижных игр
34	Резерв	0,5				