

ПРИЛОЖЕНИЕ №12
К основной образовательной программе
Начального общего образования.
Утвержденной приказом директора
МБОУ «Средняя школа №3»
От 10.01.2012 №1-п (в новой редакции)
С изменениями и дополнениями
От 30.03.2013, приказ № 115-п;
От 25.03.2015, приказ №114-п;
От 25.06.2015, приказ № 248-п;
От 24.03.2016, приказ № 63-п

Рабочая программа
внеурочной деятельности
«ИГРУСИЧИ»
спортивно-оздоровительной направленности
для учащихся 1-4 классов

Предлагаемые в программе игры рекомендуются для организации внеурочной деятельности учащихся начальных классов. Их можно с успехом использовать в работе с детьми во время прогулок, проведения динамических пауз, на переменах. Следует, однако, иметь в виду, что применение русских народных игр для решения педагогических задач во внеурочной деятельности младших школьников требует их специального отбора.

Результаты освоения программы

Дети знают:

- Историю возникновения русских народных игр;
- Правила проведения игр, эстафет и праздников;
- Основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- Основы правильного питания;
- Правила поведения во время игры.

умеют:

- Выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- Проявляют смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- Применяют игровые навыки в жизненных ситуациях.

Содержание курса

- **Общие подвижные символические игры.**
«Бабки», «Борющаяся цепь», «Редька», «Без соли – соль!», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».
- **Игры для формирования правильной осанки.**
«Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».
- **Игры со скакалками.**
«Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».
- **Игры с бегом.**
«Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салки», «Городок-бегунок».
- **Игры с прыжками.**
«Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».
- **Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.**
«Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».
- **Игры с лазанием и перелезанием.**
«Распутай веревочку», «Защита укрепления», «Кошки-мышки», «Цепи кованы».
- **Игры для развития внимания.**
«Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки».
- **Общеразвивающие игры.**

«Ворота», «Встречный бой», «Во поле береза», «Вытолкни за круг», «Казачи и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».

- **Игры с разными предметами.**

«Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».

- **Игры с камешками, шариками и палочками.**

«Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».

- **Хороводные игры.**

«Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг-лужочек», «Заинька», «Ручеек».

- **Игры в помещении.**

«Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козел».

- **Игры в фанты.**

«Работа и забава», «Птичник», «Тяни – пускай», «Голуби».

- **Игры-шутки.**

«Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка».

- **Сюжетные игры.**

«Два Мороза», «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчелки и ласточки».

- **Загадки, шарады, каламбуры.**

«Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царек», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».

- **Праздник «Мы – русичи».**

Игры к различным народным праздникам: «Проводы березы», «Бой крашенками», «Коробейники» и др.

Формы организации видов деятельности

- Для формирования российской идентичности используются игры, отражающие отношение человека к природе. Русский народ всегда трепетно относился к природе, берег ее, прославлял. Среди игр, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру, можно назвать: «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «Волк и овцы», «Вороны и воробьи», «Змейка», «Зайцы в огороде», «Пчелки и ласточки», «Кошки-мышки», «У медведя во бору», «Коршун и наседка», «Стадо», «Хромая лиса», «Филин и пташки», «Лягушата», «Медведь и медовый пряник», «Зайки и ежи», «Ящерица», «Хромой цыпленок», «Оса» и их различные варианты.

- С историческим наследием русского народа знакомят игры, отражающие повседневные занятия наших предков: «Дедушка-рожок», «Домики», «Ворота», «Встречный бой», «Заря», «Корзинки», «Каравай», «Невод», «Охотники и утки», «Ловись рыбка», «Птицелов», «Рыбаки», «Удочка», «Продаем горшки», «Защита укрепления», «Захват флага», «Шишки, желуди, орехи», а также различные их варианты.

- Игры, в которых надо проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию: «Бабки», «Городки», «Горелки», «Городок-бегунок», «Двенадцать палочек», «Жмурки», «Игровая», «Кто дальше», «Ловишка»,

«Лапта», «Котлы», «Ляпка», «Пятнашки», «Платочек-летуночек», «Считалки», «Третий – лишний», «Чижик», «Чехарда», «Кашевары», «Отгадай, чей голосок», «Веревочка под ногами» и др.

- *Возможность помериться силой и ловкостью*, стремление детей стать сильнее, победить появляется при проведении игр: «Единоборство» (в различных положениях, с различным инвентарем), «Тяни за булавы», «Бой петухов», «Достань камешек», «Перетяни за черту», «Тяни за круг», «Борющаяся цепь», «Цепи кованы», «Перетягивание каната», «Перетягивание прыжками», «Вытолкни за круг», «Защита укрепления», «Сильный бросок», «Каждый против каждого», «Бой на бревне» и их различных вариантов.

Программа предполагает знакомство детей с историей возникновения каждой из игр.

Цель: формирование российской идентичности, национального самосознания средствами народных игр через возрождение традиционной и развитие современной игровой культуры, духовное совершенствование физически здоровой личности.

Достижение цели обеспечивается решением следующих задач:

- 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;
- Воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- Гармоничное развитие функциональных систем организма ребенка, повышение его жизненного тонуса.

Тематическое планирование

№ п/п	Содержание	Кол-во часов	
		Теор.	Практ.
1	Вводное занятие «Игры, в которые играли наши предки»	1	
2	Игры для формирования правильной осанки	1	1
3	Игры со скакалками		2
4	Игры с бегом		2
5	Игры с прыжками	1	1
6	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча		2
7	Игры с лазанием и перелезанием	1	1
8	Игры для развития внимания	1	1
9	Общеразвивающие игры	1	1
10	Игры с разными предметами		2
11	Игры с камешками, шариками и палками		2
12	Хороводные игры	1	1

13	Игры в помещении	1	1
14	Игры в фанты		2
15	Игры-шутки	1	1
16	Сюжетные игры	1	1
17	Загадки, шарады, каламбуры	1	1
18	Игры народов России		2
19	Праздник «Мы – русичи»		1
		11	25
	<i>Итого</i>	36	

Литература

1. Апробация ФГОС второго поколения / под ред. Н. Б. Погребовой. – Ставрополь: СПКиПКРО, 2009. – 154 с.
2. Барканов, С. В. Формирование здорового образа жизни российских подростков: учебно-методическое пособие / С. В. Барканов. – М.: ВЛАДОС, 2001.
3. Богданов, Г. П. Система внеурочных занятий со школьниками / Г. П. Богданов, О. У. Утенов. – М., 1993.
4. Былеева, Л. В. Игры народов СССР / сост. Л. В. Былеева, В. М. Григорьев / Л. В. Былеева. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 265с.
5. Кенеман, А. В. Детские подвижные игры народов СССР: пособие для воспитателей детского сада / А. В. Кенеман; под ред. Т. И. Осокиной. – М.: Просвещение, 1988. – 239 с.
6. Кузнецова, З. М. Народные игры на уроках физической культуры / З. М. Кузнецова. – Набережные Челны, 1996. – 160 с.
7. Литвинова, М. Ф. Русские народные подвижные игры для детей дошкольников и младшего школьного возраста: практическое пособие / М. Ф. Литвинова. – М.: Айрис-пресс, 2003.
8. Якуб, С. К. Вспомним забытые игры / С. К. Якуб. – М.: Детская литература, 1988. – 159 с.

Прогну меровајно, прошинуровано
и спределено печатљиво



Директор МИКОВ СДП № 3
Д.И. Кулаканова

Лист 01