Рабочая программа внеурочной деятельности «ИгРусичи»

Пояснительная записка

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

Народные подвижные игры 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. Народные подвижные игры влияют на воспитание нравственных чувств, развитие сообразительности, быстроты реакции, физически укрепляют ребенка. Через игру воспитывается чувство ответственности перед коллективом, умение действовать в команде.

Педагоги высоко оценивают значение народных игр. Так, П. Ф. Лесгафт именно народные игры положил в основу своей системы физического образования. К. Д. Ушинский считал эти игры наиболее доступным «материалом» для детей. В их структуре выделяются единая цель и однолинейность действия, что обусловливаетклассическую простоту народной игры. Благодаря своей образности они увлекают детей младшего школьного возраста.

Народные игры — это исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, обладающей различными характерными особенностями у разных народностей и в разных регионах. Русские народные игры имеют многовековую историю, они сохранились и дошли до наших дней из глубокой старины, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Игры издавна служили средством самопознания, люди проявляли в них свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование.

Ценны русские народные игры и в педагогическом отношении, поскольку оказывают большое влияние на воспитание ума, характера, воли, развивают нравственные чувства, физически укрепляют ребенка, создают определенный духовный настрой, интерес к народному творчеству.

По своему характеру русские народные игры весьма многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками.

Другая особенность русских народных игр — непременные двигательные действия в их содержании (бег, прыжки, метание, броски, передача и ловля мяча, сопротивление и др.), мотивированные сюжетом. Специальной физической подготовленности участникам обычно при этом не требуется, но хорошо физически развитые игроки получают определенное преимущество в ходе такой игры (так, в лапте хорошо ловящего мяч ставят в поле у линии кона, а хорошо бьющего выбирают капитаном и дают ему право дополнительного удара по мячу). Немаловажно отметить и то, что русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурном аспекте деятельности.

В публикуемую ниже программу включены подвижные игры, разнообразные по своему содержанию, тематике и организации, которые можно проводить как в теплое, так и в холодное времягода. В ней представлены также игры малой подвижности, пригодные для проведения в ненастную погоду на ограниченной площадке.

Педагог, творчески используя игру как эмоционально-образноесредство влияния на детей, пробуждает в них интерес, воображение, добиваясь активного выполнения игровых действий. В ходе ИГРЫ он привлекает внимание участников к ее содержанию, следит (а точностью движений, которые должны соответствовать правилам, за дозировкой физической нагрузки, дает краткие указания, поддерживает и регулирует эмоционально-положительное настроениеи взаимоотношения играющих, приучает их ловко и стремительнодействовать в создавшейся игровой ситуации, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели и при этом испытывать радость. Одним словом, задача педагога заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовоольствием играть.

Объясняя новую народную игру, в которой есть зачин (считалка, певалка или жеребьевка), взрослому не следует предварительно разучивать с детьми его текст, разумнее ввести его в ход игры неожиданно. Такой прием доставит детям большое удовольствие и избавит их от скучного трафаретного знакомства с игровым элементом. Ребята, вслушиваясь в ритмичное сочетание слов, при повторении игры легко запоминают зачин.

Объяснение новой игры может проходить по-разному, в зависимости от ее вида и содержания. Так, несюжетная игра объясняется кратко, лаконично, эмоционально выразительно. Педагог делает сообщение о ее содержании, последовательности игровых действий, расположении игроков и атрибутов,

правилах игры, после чего он может задать один-два уточняющих вопроса для того, чтобы убедиться, что дети поняли его правильно. Основная часть времени предоставляется конкретным игровым действиям детей. В конце игры следует положительно оценить поступки тех ребят, кто проявил определенные качества: смелость, ловкость, выдержку, товарищескую взаимопомощь.

Для сюжетной народной игры вариант представления игры выбирает педагог. Так, он может предварительно рассказать о жизни народа, в чью игру детям предстоит играть, показать иллюстрации, предметы быта и искусства, заинтересовать участников национальными обычаями, фольклором. Или можно образно, но кратко рассказать о сюжете игры, пояснить роль водящего в ней, дать прослушать диалог, если он имеется («Гуси-лебеди», «Редьки», «Мак», «Ястреб и утки» и т. д.), и перейти к распределению ролей, которое, помимо применения считалок, проходит иногда путем назначения водящего в соответствии с педагогическими задачами (поощрить и активизировать застенчивого ребенка или, наоборот, показать на примере активного, как важно быть смелым и ловким; отклонить просьбу самоуверенного ребенка и включиться в игру самому воспитателю с целью показать ответственность роли водящего, от действий которого зависит, например, правильность ориентировки в пространстве всех игроков). Народные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Работая с детьми, педагогу необходимо помнить, что впечатления детства глубоки и неизгладимы в памяти взрослого человека. Они образуют фундамент для развития его нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Народные игры весьма вариативны в возрастном отношении, но наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка.

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.

* Для формирования российской идентичности используются игры, отражающие отношение человека к природе. Русский пародвсегда 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», «Ляп-ка», «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 в круг», «Бой петухов», «Достань камешек», «Перетяни за черту», «Тяни за булавы», «Борющаяся цепь», «Цепи кованы», «Перетягивание каната», «Перетягивание прыжками», «Вытолкни за круг», «Защита укрепления», «Сильный бросок», «Каждый против каждого», «Бои на бревне» и их различных вариантов.

Программа предполагает знакомство детей с историей возникновения каждой из игр.

Цели и задачи внеурочной деятельности

Цели курса:

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.

Личностные, метапредметные и предметные результаты внеурочной деятельности

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

-проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

-оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;

-формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (**познавательные, регулятивные, коммуникативные**), которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться.

Освоения учащимися содержания программы внеурочных занятий являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

-находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

-видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

-управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

-технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты отражают:

-формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

Содержание программы внеурочной деятельности

1.Общие подвижные символические игры.

«Бабки», «Борющаяся цепь», «Редька», «Без соли — соль!», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».

2.Игры для формирования правильной осанки.

«Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».

3.Игры со скакалками.

«Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».

4.Игры с бегом.

«Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салки», «Городок-бегунок».

5.Игры с прыжками.

«Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».

6.Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.

«Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».

7.Игры с лазанием и перелезанием.

«Распутай веревочку», «Защита укрепления», «Кошки-мышки», «Цепи кованы».

8.Игры для развития внимания.

«Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки».

9.Общеразвивающие игры.

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

10.Игры с разными предметами.

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

11.Игры с камешками, шариками и палками.

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

12.Хороводные игры.

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

13.Игры в помещении.

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

14.Игры в фанты.

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

15.Игры-шутки.

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

16.Сюжетные игры.

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

17.Загадки, шарады, каламбуры.

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

18.Праздник «Мы — русичи».

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

Тематическое планирование
«Игрусичи» 1 класс

№ п/п	Содержание	Количество часов
1	Вводное занятие «Игры, в которые играли наши предки». Правила безопасности во время занятий.	1
2	Игры для формирования правильной осанки.	1
3	Игры со скакалками.	1
4	Игры с бегом.	1
5	Игры с прыжками.	1
6	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.	1
7	Игры с лазанием и перелезанием.	1
8	Игры для развития внимания.	1
9	Общеразвивающие игры.	1
10	Игры с разными предметами.	1
11	Игры с камешками, шариками и палками.	1
12	Хороводные игры.	2
13	Игры в помещении.	2
14	Игры народные «Заводила».	1
15	Русские народные игры «Пчёлки и ласточка», «Блуждающий мяч».	2
16	Подвижные игры «Чёрное и белое», «Липкие пеньки».	2
17	Игра «Троллейбус», «Паутинка».	2
18	Игры-взбодрячки «Австралийский дождь», «Идёт бычок, качается».	1
19	Игры в фанты.	2
20	Игры-шутки.	2
21	Сюжетные игры.	2
22	Игры на знакомство .	1
23	Загадки, шарады, каламбуры.	1
18	Игры народов России.	1
19	Праздник «Мы – русичи».	1
	Итого	**33**

Тематическое планирование
«Игрусичи» 2 класс

№ п.п	Содержание	Количество часов
1	Вводное занятие «Игры, в которые играли наши предки». Правила безопасности во время занятий.	1
2	Игры для формирования правильной осанки.	1
3	Игры со скакалками «Бег со скакалкой».	1
4	Игры с бегом «Поезд», «Бег спиной».	1
5	Игры с прыжками «Светофор», «Прохождение болота».	1
6	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча «Попади в цель», «Вышибалы», «Блуждающий мяч».	1
7	Игры с лазанием и перелезанием «Тоннель», «Полоса препятствий» .	1
8	Игры для развития внимания «Я иду в поход», «Крокодил».	1
9	Общеразвивающие игры «Испорченный телефон», «Иголка и нитка».	1
10	Игры с разными предметами «Спасательный круг», «Эстафета».	1
11	Игры с камешками, шариками и палками «Городки», «Эстафета».	2
12	Хороводные игры «У медведя во бору», «Краски».	2
13	Игры в помещении «Сиамские близнецы», «Подарки».	2
14	Русские народные игры «Пчёлки и ласточка», «Блуждающий мяч».	2
15	Подвижные игры «Чёрное и белое», «Липкие пеньки».	2
16	Игра «Троллейбус», «Паутинка».	2
17	Игры-взбодрячки «Австралийский дождь», «Идёт бычок, качается.	2
18	Игры с камешками, шариками и палками «Городки», «Эстафета».	2
19	Игры в фанты.	2
20	Игры-шутки «Луноход», «Динозавр».	2
21	Сюжетные игры «Кот и мыши», «Подмигиши».	1
22	Загадки,шарады,каламбуры.	1
23	Игры народов России.	1
24	Праздник «Мы – русичи».	1
	Итого:	**34**

Календарно-тематическое планирование
«Игрусичи» 3 класс

№ п.п	Содержание	Количество часов
1	Правила безопасности во время занятий. Игры: "Класс, смирно!", «Совушка», «Салки», «Через кочки и пенечки».	**1**
2	Требования к одежде при занятиях физ. упражнениями. Игры "Быстро по местам", «Запрещенное движение», «К своим флажкам».	1
3	Русская народная игра «Филин и пташка».	1
4	Русская народная игра «Горелки».	1
5	Русская народная игра «Кот и мышь».	1
6	Русская народная игра «Блуждающий мяч».	1
7	Русская народная игра «Зарница»	1
8	Игры на развитие восприятия.	1
9	Упражнения и игры на внимание.	2
10	Игры на развитие памяти.	2
11	Игры на развитие воображения.	2
12	Игры на развитие мышления и речи.	2
13	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	1
14	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	1
15	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз».	1
16	Игра с мячом «Охотники и утки».	1
17	Весёлые старты с мячом.	1
18	Игра «Волк во рву».	1
19	Весёлые старты со скакалкой.	1
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки».	1
21	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель».	1
22	Игра «Белки, волки, лисы».	1
23	Игра «Совушка».	1
24	Игра «Удочка».	1
25	Игра «Перемена мест».	1
26	Игра «Салки с мячом».	1
27	Игра «Прыгай через ров».	1
28	Спортивные игры. Футбол.	1
29	Спортивные игры. Баскетбол.	1
30	Спортивный праздник.	1
	Итого:	**34**

Календарно-тематическое планирование
«Игрусичи» 4 класс

№ п.п	Содержание	Количество часов
1	Правила безопасности во время занятий. Народные игры.	**1**
2	Русские народные игры. «Горелки», «Ловушка».	1
3	Русские народные игры. «Пятнашки», «Прятки».	1
4	Русские народные игры. «Гуси», «Охотник и сторож».	1
5	Групповые игры. «Чай-чай-выручай», «Карусель».	1
6	Групповые игры. «Совушка», «Штандр».	1
7	Беседа «Двигательная активность и гиподинамия».	1
8	Эстафета с мячами. «Перенеси мяч».	1
9	Эстафета с мячами. «Кенгуру».	1
10	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч».	1
11	Игра с малым мячом. «Под небеса». Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».	1
12	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	1
13	Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».	1
14	Игры белорусского народа. « Михасик», «Прела-горела».	1
15	Игры татарского народа. «Серый волк», «Скок-перескок».	1
16	Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».	1
17	Игры украинского народа. «Высокий дуб» «Колдун».	1
18	Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек».	1
19	Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки». Игры калмыцкого народа. «Альчики», «Забрасывание белого мяча».	1
20	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	1
21	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».	1
22	Игра зимой на воздухе. «Городки». Игра зимой на воздухе. «Снежный боулинг».	1
23	«Гонки снежных комов». Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	1
24	Строительные игры из снега. «Скатывание шаров». Игровая программа «Зимние забавы»	1
25	«Зимняя импровизация» - лепка скульптур из снега. Игра – эстафета «Взятие снежного городка».	1
26	Подвижные игры, основанные на элементах легкой	1

	атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву».	
27	Подвижные игры, основанные на элементах лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота».	1
28	Подвижные игры, основанные на элементах спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».	2
29	Тематическая прогулка «Весенние изменения в природе».	1
30	Туристическая эстафета «Экологическая тропа».	2
31	Игры на формирование коллектива.	2
	Итого:	**34**