

Комитет образования  
администрации Балаковского муниципального района

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа п. Головановский»  
Балаковского района Саратовской области

<p>«Рассмотрено» На заседании ШМО Руководитель: <u>Волкова</u> /В.М. Волкова протокол № <u>1</u> от «<u>31</u>» <u>августа</u> 2016 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР МАОУ СОШ п. Головановский <u>Живицкая</u> - Г. М. Живицкая/ «<u>01</u>» <u>сентября</u> 2016г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МАОУ СОШ п. Головановский <u>Бекетова</u> /О.В. Бекетова/ приказ № 151 от «01» сентября 2016г.</p>
--	--	--

Программа внеурочной деятельности  
«Русские народные игры»  
для 1 класса

Возраст: 1 класс.  
Направление: спортивно-оздоровительное.  
Сроки реализации: 1 год.  
Время проведения: среда, с 13.45-14.30.  
Руководитель секции: Затиная Н. В.

П. Головановский  
2016 – 2017 учебный год.

# Программа секции «Русские народные игры»

## Прогнозируемые результаты

Применения программы направлены:

- **на формирование первичных общеучебных умений и навыков** у учащихся. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы и законы физики. Они разнообразны, развлекательны и эмоциональны. Помимо того, народные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания так, как знакомят с национальными игровыми традициями и культурой.
- **введение детей в предметную область физической культуры.** Овладение детьми способом игровой деятельности позволит им применять умения и навыки и в другие периоды жизни в зависимости от меняющихся обстоятельств. Обучение должно быть ориентировано на зону ближайшего развития, то есть на опережающее актуальное состояние способностей ребенка, но не ограничивающее развитие других способностей (содействуя развитию силы, мы в тоже время угнетающе действуем на развитие гибкости и т.д.).

### Ожидаемые результаты:

К концу первого года обучения дети

#### должны иметь представление:

- об историческом наследии русского народа и русских народных игр;
- о традициях русских народных праздников;
- о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

#### должны знать:

- 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.

#### должны уметь:

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

## Содержание программы

Программа предполагает занятие 1 раз в неделю по 45 минут, всего 34 занятия в год.

Рекомендуется создать благоприятные условия для проведения занятий в облегченной одежде, со специальными ковриками для выполнения упражнений на полу.

Основу учебного материала составляют игры, сходные по определённым признакам:

- по видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добра против зла);
- по интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности);
- по содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные);
- по способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные);
- по физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости);
- по отношению к структуре занятий (для подготовительной, основной, заключительной частей занятий).

### 1. Общие подвижные символические игры.

«Бабки», «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес 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 жука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок-бегунок».*

### **5. Игры с прыжками.**

*«Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «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 лазанием и перелезанием.**

*«Распутай верёвочку», «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 берёза», «Вытолкни за круг», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».*

### **10. Игры с разными предметами.**

*«Домики», «Городки», «Лопта», «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», «Ручеёк».*

### **13. Игры в помещении.**

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

### **14. Игры в фанты.**

*«Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби».*

### **15. Игры-шутки.**

*«Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабаничик», «Черепаша».*

### **16. Сюжетные игры.**

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

### **17. Загадки, шарady, каламбуры.**

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

### **18. Праздник «Мир русских народных игр».**

*Игры к различным народным праздникам: «Проводы берёзы», «Бой крашенками», «Шапочники», «Коробейники», «Сказочница», Гусиное перо», «Подвижки льда».*

## **Календарно-тематический план**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание</b>	<b>Общее количество часов</b>	<b>Дата выполнения</b>	<b>коррекция</b>
<b>1.</b>	Общие подвижные символические игры.	<b>1</b>	<b>07.09</b>	
<b>2.</b>	Игры для формирования правильной осанки.	<b>1</b>	<b>14.09</b>	
<b>3.</b>	Игры со скакалками	<b>1</b>	<b>21.09</b>	
<b>4.</b>	Игры с бегом	<b>1</b>	<b>28.09</b>	
<b>5.</b>	Игры с прыжками	<b>1</b>	<b>05.10</b>	

6.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	12.10	
7.	Игры лазанием и перелезанием	1	19.10	
8.	Игры для развития внимания	1	26.10	
9.	Общеразвивающие игры	1	09.11	
10.	Игры с разными предметами	1	16.11	
11.	Игры с камешками, шариками и палками	1	23.11	
12.	Хороводные игры	1	30.11	
13.	Игры в помещении	1	07.12	
14.	Игры в фанты Сюжетные игры	1	14.12	
15.	Игры- шутки Загадки, шарады, каламбуры	1	21.12	
16.	Праздник «Мир народных игр»	1	28.12	
17.	Общие подвижные символические игры.	1	11.01.17	
18	Игры для формирования правильной осанки.	1	18.01	
19	Игры со скакалками	1	25.01	
20	Игры с бегом	1	01.02	
21	Игры с прыжками	1	08.02	
22	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	15.02	
23	Игры лазанием и перелезанием	1	22.02	
24	Игры для развития внимания	1	01.03	
25	Хороводные игры	1	15.03	
26	Игры в помещении	1	22.03	
27	Игры в фанты Сюжетные игры	1	05.04	
28	Игры- шутки Загадки, шарады, каламбуры	1	12.04	
29	Праздник «Мир народных игр»	1	19.04	
30	Хороводные игры	1	26.04	
31	Игры в помещении	1	03.05	
32	Игры в фанты Сюжетные игры	1	10.05	
33	Русская народная игра Лапта	1	17.05	
34	Русская народная игра Лапта	1	24.05	
<b>Итого часов:</b>		<b>34</b>		