

Ростовская область, Пролетарский (с) район, х.Коврино  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Ковриновская средняя общеобразовательная школа  
Пролетарского района Ростовской области



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности «Игры нашего двора»

(указать учебный предмет, курс)

Направление: **спортивно-оздоровительное**

Уровень общего образования (класс)

**начальное общее, 1-2 класс**

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Количество часов – **34**

Учитель - **Кунах Ирина Васильевна**

Программа разработана на основе примерной программы по внеурочной деятельности  
Федерального компонента государственного образовательного стандарта второго  
поколения начального и основного общего образования.

2019-2020уч.год

## **Раздел: «ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА»**

Рабочая программа составлена на основе нормативных документов, обеспечивающие реализацию программы:

- закона «Об образовании в РФ» от 29.12.12 № 273-ФЗ;
- Федерального государственного стандарта основного общего образования, принятый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1897 от 17.12.2010 г., зарегистрированный Минюстом РФ за № 19 644 от 01.02.2011 г., с изменениями согласно приказу № 1644 от 29.12.2014г , изменения согласно приказу № 1577 от 31.12.15 г.;
- Федерального перечня учебников на 2019-2020 учебный год
- Основной образовательной программы Школы;
- Программа разработана на основе примерной программы по внеурочной деятельности Федерального компонента государственного образовательного стандарта второго поколения начального и основного общего образования.
- Авторской программе внеурочной деятельности «Игры нашего двора» Киселёвой Н.Г.

### **Цель курса:**

Укрепление физического здоровья детей, приобщение их к народной культуре посредством подвижных дворовых игр.

### **Задачи курса:**

Формировать основы здорового образа жизни, систему нравственных общечеловеческих ценностей.

Развивать силу, ловкость, выносливость, быстроту и красоту движений.

Учить проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе.

### *Общая характеристика курса «Игры нашего двора»*

Программа предназначена для учащихся 1-2 классов во внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления. В ходе реализации программы учащиеся знакомятся с подвижными дворовыми играми. Игры подобраны с учётом возраста детей, их умениями, навыкам, знаниями об окружающем мире, возможностями в познании нового. Выбор игры зависит также от времени года, погоды, температуры (в помещении или на участке), одежды детей, имеющегося оборудования и т. д.

Занятия проводятся после уроков на свежем воздухе на спортивной площадке. Наиболее оптимальные условия для проведения игр на свежем воздухе в зимнее время: температура воздуха – 10 – 12° С при относительном безветрии. Занятия со школьниками младших классов на улице при температуре ниже 16 – 18°С не рекомендуются. Однако активные движения детей нужно чередовать с отдыхом, чтобы избежать перегрева и возможного последующего переохлаждения. В холодную погоду на открытом воздухе не рекомендуются игры с пением, речитативом.

**В построении программы отражается и проектная деятельность** учащихся. Результатом социального проекта будет проведение учащимися **игрового ассорти «Игры нашего двора»** с другими учащимися начальной школы, со сверстниками во дворе. Результатом творческо-поискового проекта будут **каталоги считалок "Считалочка" и каталог игр "Игры нашего двора"**,

## **Раздел «ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА»**

**Личностными результатами** изучения курса «Игры нашего двора» являются следующие умения:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

**Метапредметными результатами** изучения курса «Игры нашего двора» являются следующие универсальные умения:

- характеристика явления (действий и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

#### **Формы и методы работы:**

- соревнования
- творческие задания
- игры
- проекты
- беседы

#### **Структура учебно-тренировочного занятия**

Основная форма проведения занятий по подвижным народным играм - урок. Он проводится по заранее установленному расписанию, с постоянным составом кружка. Урок состоит из четырех частей: вводной, подготовительной, основной и заключительной.

Вводная часть урока (5 мин) позволяет решить все вопросы организационного порядка: построение группы, проверка посещаемости и подготовленности объяснение цели и задач предстоящего занятия, подбор необходимого инвентаря и снаряжения.

**Подготовительная часть** урока (5 мин) в основном посвящается разминке. Разминка начинается с построения группы в колонну (интервал между ребятами- не менее 1,5 м) с последующими передвижением обычным шагом и ускоренным переходом на спортивную ходьбу и легкий бег.

Разминочный бег подготавливает сердечнососудистую систему организма к последующим повышенным нагрузкам, способствует увеличению эластичности мышц и связок. Он проводится в различных скоростных сочетаниях - тихо, слабо, средне. После разминочного бега выполняются различные общеразвивающие и специальные физические упражнения.

Комплекс физических упражнений, применяемых в разминке, должен предусматривать постепенное развитие качеств: гибкости, ловкости, силы.

**Основная часть** урока (20мин) направлена на изучение правил игры и самой игре, повышение общефизической и специальной подготовки членов кружка, воспитание их морально-волевых качеств. Содержание основной части урока на протяжении всего периода обучения имеет подвижный характер и строится на основе учета подготовленности группы, возрастных особенностей занимающихся, степени усвоения ими пройденного материала, климатических и географических условий районов проведения занятий.

**Заключительная часть** урока (5 мин.) используется для того, чтобы привести организм занимающихся в состояние относительного покоя. Для этой цели применяют медленную ходьбу с глубоким дыханием, упражнения на расслабление и внимание, маховые движения с глубоким дыханием, легкий семенящий бег. Эта часть урока служит также для разбора и подведения итогов занятия.

#### **Методы диагностики состояния здоровья школьников**

В целом здоровье учащихся можно отслеживать по следующим компонентам :

### **Физическое развитие школьника.**

Критериями физического здоровья выступают медицинские показатели школьника и уровень его физической подготовленности.

Первые отслеживаются с помощью анализа медицинской документации (группа здоровья после осмотра ребенка врачами), учитывается также устойчивость к заболеваниям (с этой целью проводится анализ пропусков по болезни). Показатели физической подготовленности измеряются в соответствии со стандартами образования по предмету «физическая культура».

### **Социальное развитие школьника.**

Критерием социального здоровья учащегося выступает степень благополучия его социальной ситуации развития. В школе это проявляется в социальном статусе ребенка. В ученическом коллективе он измеряется с помощью социометрии. Социометрическая техника, разработанная Дж. Морено, применяется для диагностики межличностных и межгрупповых отношений в целях их изменения, улучшения и совершенствования. С помощью социометрии можно изучать поведение школьников в условиях групповой деятельности. Судить об их психологической совместимости, проводить определение лидеров для перегруппировки детей в классе так, чтобы снизить напряженность в коллективе, возникающую из-за взаимной неприязни некоторых школьников.

### **Психологическое развитие школьника.**

Психологическое здоровье учащегося связано с развитием индивидуально - психологических особенностей личности, способствующих успешной социальной адаптации ребенка. К психологическому здоровью можно отнести соответствие психического развития возрастным нормам, психоэмоционального состояния школьника и мотивацию к здоровому образу жизни и умению вести его.

В качестве диагностической процедуры школьникам можно использовать мини - сочинение на разные темы, связанные с ЗОЖ, например, «Почему необходимо вести здоровый образ жизни?». Также для выявления отношений к ЗОЖ можно использовать анкетирование. В зависимости от полученных результатов диагностики можно определить пути работы по выявленным проблемам.

## **Раздел: «СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА»**

### 1. Структура курса:

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела, главы (темы)</b>	<b>Количество часов</b>
1	Подвижные игры в осенний период	12
2	Подвижные игры в зимний период	13
3	Подвижные игры в весенний период	9
	<b>Итого:</b>	<b>34ч.</b>

#### *1.1. Использование учебного времени*

На внеурочную деятельность по курсу «Игры нашего двора» (подвижные дворовые игры) в 1-2 классе отводится 33-34 часа в год 1 часа в неделю, предусмотренной учебным планом.

Прохождение программы осуществляется за счёт уплотнения тем уроков, выпавших на праздничные дни, программа будет пройдена за

## 2. Основное содержание по темам:

### **1. Разучивание считалок:**

Народные считалки: "На золотом крыльце сидели", "Вышел месяц из тумана", "Шла машина темным лесом", "Сидел петух на лавочке", "Борис", "Стакан - лимон", "Сидели на балконе", "Шел баран", "Шёл крокодил" и др.

### **2. Народные подвижные игры в осенний период**

представляют игры-цеплялки «Сороконожка», «Слон», игры на реакцию «Колечко», «Съедобное-несъедобное», поисковые игры «Прятки», «Жмурки», Прятки "Палочка-выручалочка» игры с мячом «Козел», «Успей подобрать», «Вышибалы», «Картошка», «Штандер-стоп», «Десятки ("десяты")», "Лягушка".

прыгательные игры «Скакалка»

### **3. Подвижные игры для детей на свежем воздухе зимой**

представлены играми: «Быстрые санки» (Гонки санок), «Быстрые упряжки», «Лыжники, по местам!», «Успей первым», «Снежинки, ветер и мороз», «Зима пришла!», «Берегись, заморожу!», «Мороз - Красный нос и Мороз - Синий нос» «Снежная карусель», «Мы - веселые ребята», «Затейники», «Метелица», «Сороконожка», «На одной лыже».

### **4. Подвижные игры для детей на свежем воздухе весной**

представлены такими играми, как

«Строительство снежной крепости», «Штурм снежной крепости», «Лепим снеговика», «Лепим скульптуру птицы из снега», «Лепим скульптуры из снега», «По санкам!», «Колпачок и палочка», «Ключи», «Пустое место», «Кошки-мышки», «Белые медведи», «Хоровод», «Коршуни наседка», «В холсты», «Разрывные цепи», «Классики», «Резиночка», «Прыгаем по кочкам», «Неповторимая дистанция». (Приложение 1)

### **5. Проектная деятельность:**

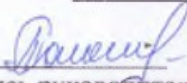
Проектная деятельность начинается с января и выводится за пределы учебно-тренировочного занятия.

**Раздел: «КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ»**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол.час</b>	<b>Дата</b>
	<b>Подвижные игры для детей на свежем воздухе осенью</b>	<b>12ч</b>	
1.	Что такое дворовая игра. Т/б при проведении подвижных игр. Разучивание зазывалки: Приглашаю детвору. На весёлую игру, А кого не примем. За уши поднимем. Уши будут красные. До того прекрасные. <b>Игры-цеплялки. Игра «Сороконожка»</b>	1	6.09
2.	Подвижная игра «Слон» Знакомство со считалкой. Разучивание считалки "На золотом крыльце сидели"	1	13.09
3.	Играем в любимые игры	1	20.09
4.	Подвижная игра на реакцию «Колечко»	1	27.09
5.	Игра на реакцию «Съедобное-несъедобное»	1	4.10
6.	Играем в любимые игры	1	11.10
7.	Поисковые игры «Прятки»	1	18.10
8.	Поисковая игра «Жмурки»	1	25.10
9.	Прятки "Палочка-выручалочка» Разучивание считалки "Шла машина темным лесом"	1	8.11 <b>2чет</b>
10.	Играем в любимые игры	1	15.11
11.	Игры с мячом «Козел»	1	22.11
12.	"Успей подобрать"	1	29.11
13.	«Картошка»	1	6.12
14.	«Штандер-стоп» Разучивание считалки "Вышел месяц из тумана"	1	13.12
15.	"Лягушка"		20.12
16.	Играем в любимые игры	1	10.01 <b>3чет</b>
17.	Игра «Удочка»	1	17.01
18.	Прыжки через скакалку	1	24.01
19.	«Быстрые упряжки» Разучивание считалки "Сидел петух на лавочке"	1	31.01
20.	Играем в любимые игры	1	7.02
	<b>Подвижные игры для детей на свежем воздухе зимой</b>	<b>13 ч</b>	
21.	«Успей первым»	1	14.02
22.	«Снежинки, ветер и мороз».	1	14.02
23.	Играем в любимые игры	1	21.02
24.	«Зима пришла!»	1	28.02
	<b>Подвижные игры для детей на свежем воздухе весной</b>	<b>9 ч</b>	
25.	«Берегись, заморожу!» Работа над проектом "Считалочка", <b>составление каталога считалок</b>	1	6.03
26.	«Затейники»	1	13.03
27.	Подготовка к презентации проекта "Считалочка"	1	20.03
28.	Играем в любимые игры	1	3.04
29.	«Кошки-мышки»	1	10.04
30.	«Мы - веселые ребята»	1	17.04
31.	Подготовка к презентации проекта "Считалочка"	1	24.04
32.	Играем в любимые игры	1	8.05
33.	«Хоровод»	1	15.05
34.	«Классики». Презентации проектов "Считалочка"	1	22.05
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	

СОГЛАСОВАНО

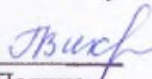
Протокол заседания методического совета  
МБОУ Ковриновская СОШ  
От 16.08.2019 года № 2

  
Подпись руководителя МО Сагайдак Т.К.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

19 августа 2019 года

  
Подпись Ковтунова Г.В.