

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа» с. Пыёлдино

Утверждено приказом  
директора  
МБОУ «СОШ»  
с.Пыёлдино  
№ 66/10-од от 01.09.2022 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Подвижные игры»**

Направление: физкультурно-спортивное

Возраст обучающихся: 6-11 лет

Срок реализации: 4 года (135 часов)

Автор//составитель:  
Шуйская А. А.,  
учитель физической культуры

Пыёлдино, 2022

## 1. Пояснительная записка.

**Направление:** физкультурно-спортивное и спортивно – оздоровительное.

**Актуальность программы:**

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

**Место данного курса в основной образовательной программе:**

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.)

Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

**Цель курса:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Задачи курса:**

- ✓ укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- ✓ развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- ✓ развитие сообразительности, творческого воображения;

- ✓ развитие коммуникативных умений;
- ✓ воспитание внимания, культуры поведения;
- ✓ создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- ✓ обучить умению работать индивидуально и в группе,
- ✓ развить природные задатки и способности детей;
- ✓ развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- ✓ развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

### **Формы организации образовательного процесса.**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

#### **Группа учащихся.**

В 1-4 классах начальной школы занятия продолжительностью 30- 40 минут проводятся 1 раз в неделю в группах не более 15-ти детей, но и не менее 8-ми.

#### **Объём программы**

Программа рассчитана на 33 часа -1 кл., 34 часа -2-4 кл. в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 35 - 40 минут.

Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

## **2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **1 класс**

**Личностные результаты** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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.

**Метапредметные результаты** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- 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.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## 2 класс

Личностные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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.

Метапредметные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- 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.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### **3- 4 класса**

**Личностные результаты** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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.

**Метапредметные результаты** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- 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.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

#### **Планируемый результат:**

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

Формы и способы оценки достижения планируемых результатов

Основной показатель реализации программы «Подвижные игры» - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, результаты участия в соревнованиях.

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся внутришкольных соревнованиях.

### 3. Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 1 классе (33 часа)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности	Дата
1	Правила игры. Обязательны ли они для всех?  Русская народная игра «Жмурки»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	Игровое упражнение	
3	Русская народная игра «Горелки»	1	Игра малой подвижности	
4	Русская народная игра «Салки»	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»	
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Игровое упражнение	
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	Игровое упражнение	
7	Русская народная игра «Фанты»	1	Игровое упражнение	
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	Игра малой подвижности	
9	Русская народная игра «Волк»	1	Игра малой подвижности	
10	Русская народная игра «Птицелов»	1	Игровое упражнение	
11	Подвижная игра «Совушка»	1	Игровое упражнение	
12	Подвижная игра «Мышеловка»	1	Игра малой подвижности	
13	Подвижная игра «Пустое место»	1	Игра малой подвижности	
14	Подвижная игра «Карусель»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
16	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1	Игра малой подвижности	

17	Подвижная игра «Карлики и великаны» Коми народная подвижная игра «Ловля оленей» (Коръяс куталом)	1	Игра малой подвижности	
18	Эстафета «Передача мяча»	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»	
19	Эстафета «Весёлые мячики»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
20	Эстафета зверей	1	Игра средней интенсивности	
21	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Эстафета	
22	Эстафета «Вызов номеров»	1	Эстафета	
23	Эстафета по кругу	1	Эстафета	
24	Эстафета с обручем	1	Эстафета	
25	Эстафета со скакалкой	1	Эстафета	
26	Русская народная игра «Гори, гори ясно!» Коми народная подвижная игра «Важенка и оленята»	1	Игровое упражнение	
27	Коми народная подвижная игра «Ловля Оленей», «Солнце».	1	Игровое упражнение	
28	Пионербол с упрощёнными правилами	1	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	
29	Русская народная игра «Салки»	1	Эстафета с мячом.	
30	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	Игровое упражнение	
31	Правила игры. Русская народная игра «Лапта» по упрощённым правилам	1	Объяснение правил игры «Лапта»	
32	Русская народная игра «Лапта»	1	Игровое упражнение	
33	Спортивный Праздник "Здравствуй лето"	1	Эстафеты с элементами туризма	



**Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 2 классе  
(34 часа)**

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности	Дата
1	Правила игры. Обязательны ли они для всех? Русская народная игра «Жмурки»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	Игровое упражнение	
3	Русская народная игра «Горелки»	1	Игра малой подвижности	
4	Русская народная игра «Салки»	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»	
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Игровое упражнение	
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	Игровое упражнение	
7	Русская народная игра «Фанты»	1	Игровое упражнение	
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	Игра малой подвижности	
9	Русская народная игра «Волк»	1	Игра малой подвижности	
10	Русская народная игра «Птицелов»	1	Игровое упражнение	
11	Подвижная игра «Совушка»	1	Игровое упражнение	
12	Подвижная игра «Мышеловка»	1	Игра малой подвижности	
13	Подвижная игра «Пустое место»	1	Игра малой подвижности	
14	Подвижная игра «Карусель»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1	Игра малой подвижности	
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1	Игра малой подвижности	
18	Подвижная игра «Карлики и великаны» Коми народная подвижная игра «Ловля оленей» (Корьяс куталом)	1	Игра малой подвижности	
19	Эстафета «Передача мяча»	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»	

20	Эстафета «Весёлые мячики»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
21	Эстафета зверей	1	Игра средней интенсивности	
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, инвентарю и спортивной одежде». Эстафета	
23	Эстафета «Вызов номеров»	1	Эстафета	
24	Эстафета по кругу	1	Эстафета	
25	Эстафета с обручем	1	Эстафета	
26	Эстафета со скакалкой	1	Эстафета	
27	Русская народная игра «Гори, гори ясно!» Коми народная подвижная игра «Важенка и оленята»	1	Игровое упражнение	
28	Коми народная подвижная игра «Ловля Оленей», «Солнце».	1	Игровое упражнение	
29	Пионербол с упрощёнными правилами	1	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	
30	Русская народная игра «Салки»	1	Эстафета с мячом.	
31	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	Игровое упражнение	
32	Правила игры. Русская народная игра «Лапта» по упрощенным правилам	1	Объяснение правил игры «Лапта»	
33	Русская народная игра «Лапта»	1	Игровое упражнение	
34	Спортивный Праздник "Здравствуй лето"	1	Эстафеты с элементами туризма	

**Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 3-4 класс  
(34 часа)**

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности	Дата
1	Русская народная игра «Краски»; «Гори, гори ясно»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
2	Какие бывают игры. Игра «Зайцы в огороде», Русская народная игра "Ляпы"	1	Игровое упражнение	
3	Правила игры. Обязательны ли они для всех?	1	Игра малой подвижности	

	Русская народная игра «Гуси - лебеди».			
4	Русская народная игра «Караси и щука»	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»	
5	Русская народная игра «Палочка - выручалочка»	1	Игровое упражнение	
6	Подвижная игра «У кого меньше мячей» «Шишки, жёлуди, орехи»	1	Игровое упражнение Игры на внимание	
7	Подвижная игра «Пустое место»	1	Игровое упражнение	
8	Подвижная игра « Воробы и вороны); «Вызови по имени»	1	Игра малой подвижности	
9	Подвижная игра «Подвижная цель»	1	Игра малой подвижности	
10	Коми народная подвижная игра «Невод», «Стой, олень!»	1	Игровое упражнение	
11	Подвижная игра « Охотники и утки»	1	Игровое упражнение с мячом	
12	Подвижная игра «Снайперы»	1	Игровое упражнение с мячом	
13	Подвижная игра «Гонка мячей по кругу»	1	Игровые упражнения с техникой владения мячом.	
14	Подвижная игра «Мяч – среднему»	1	Игровые упражнения с техникой владения мячом.	
15	Подвижная игра «Выбивалки»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
16	Подвижная игра «Крыска»	1	Игровые упражнения с техникой владения мячом	
17	Подвижная игра «Перестрелка»	1	Игровые упражнения с техникой владения мячом	
18	Подвижная игра «Пионербол»	1	Игровые упражнения с техникой владения мячом	
19	Подвижная игра «Пионербол»	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»	
20	Подвижная игра «Обстрел ворон»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
21	Эстафета «Вызов номеров»	1	Игра средней интенсивности	
22	Эстафета по кругу	1	Эстафета	
23	Эстафета с обручем	1	Эстафета	
24	Эстафета с мячом	1	Эстафета	
25	Эстафета «Быстрые и ловкие». Коми народная подвижная игра «Ловля оленей»	1	Эстафета. Игровое упражнение	

26	Эстафета «Встречная»	1	Эстафета	
27	Русская народная игра «Салки», «Пятнашки».	1	Игра малой подвижности	
28	Русская народная игра «Охотники и зайцы», «Ловушки с приседаниями»	1	Игровое упражнение	
29	Русская народная игра «Птицелов» Подвижная игра «Пионербол»	1	Игровое упражнение	
30	Подвижная игра «10 передач» Мини-баскетбол	1	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	
31	Подвижная игра «Плен», «Охота».	1	Игровое упражнение с передачами, бросками в цель	
32	Русская народная игра «Лапта»	1	Игровое упражнение	
33	Русская народная игра «Лапта»	1	Игровое упражнение	
34	Спортивный праздник «Коми игры»	1	Игровое упражнение	

#### **4. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

*Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

*Игры-поиски*. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

*Игры с быстрым нахождением своего места*. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

## **Весь материал разделяется на отдельные разделы:**

1. раздел - «Русские народные игры», изучается с 1-го по 4-й класс.
2. раздел - «Коми народные подвижные игры» (Коми ворсѳмьяс) изучается со 2 по 4-й класс.
3. раздел - «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.
4. раздел - «Эстафеты», изучается в 1-4-х классах.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

### цели изучения по каждому разделу

#### **«Русские народные игры»**

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

#### **«Коми народные подвижные игры»**

Цели: познакомить с разнообразием коми народных подвижных игр. Формировать интерес к коми народной культуре. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

#### **«Подвижные игры»**

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

#### **«Эстафеты»**

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности.

## **5. Организационно-педагогические условия реализации программы.**

### **Материально-технические условия**

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших обучающихся в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших обучающихся; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество

снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком

Д – демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);  
 К – полный комплект (для каждого обучающегося);  
 Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 обучающихся);  
 П – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол-во
<b>1</b>	<b>Основная литература для учителя</b>	
<b>1.1</b>	<b>Стандарт начального общего образования по физической культуре</b>	Д
<b>1.2</b>	Программы по «Физической культуре» (для четырёхлетней начальной школы) (Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е.)	Д
<b>1.3</b>	<b>Б.Б.Егоров, Ю.Е.Пересадына: Физическая культура. Учебник . Книга 1. 1 – 2 классы. М., БАЛАСС, 2012г.</b>	Ф
<b>1.4</b>	<b>Рабочая программа по физической культуре</b>	Д
<b>2</b>	<b>Дополнительная литература для учителя</b>	
<b>2.1</b>	<b>П.А.Киселёв, С.Б. Киселёв, Е П. Киселёв Методическое пособие. М.: Планета,2013, «Подвижные спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время»</b>	Д
<b>2.2</b>	Ж.К., Холодов В.С. Кузнецов: Теория и методика физического воспитания и спорта - М. издательский дом «Академия» 2007г.	Д
<b>2.3</b>	Ю.Г. Рочев «Коми челядьлы важъя ворсёмьяс» Сыктывкар; Коми книжной издательство, 1988г	Д
<b>2.4</b>	Методическая разработка внеклассного мероприятия для учителей физической культуры и воспитателей «Коми народные подвижные игры» (Коми ворсёмьяс) составитель Филипов И.И. Мошьюга 2017г	Д
<b>2,5</b>	«Народные игры»; методические рекомендации по организации и проведению. Составитель педагог дополнительного образования Хасанова Л. В. Златоус.. 2011	
<b>3</b>	<b>Дополнительная литература для обучающихся</b>	
<b>3.1</b>	<b>Б.Б.Егоров, Ю.Е.Пересадына: Физическая культура. Учебник . Книга 1. 1 – 2 классы. М., БАЛАСС, 2012г.</b>	Ф
<b>4</b>	<b>Учебно-практическое оборудование</b>	
<b>4.2</b>	Козел гимнастический	П
<b>4.3</b>	Канат для лазанья	П
<b>4.4</b>	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	П
<b>4.5</b>	Стенка гимнастическая	П

4.6	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
4.7	Комплект навесного оборудования (перекладина, тренировочные баскетбольные щиты)	П
4.8	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	К
4.9	Палка гимнастическая	К
4.10	Скакалка детская	К
4.11	Мат гимнастический	П
4.12	Гимнастический подкидной мостик	Д
4.13	Кегли	К
4.14	Обруч детский	Д
4.15	Рулетка измерительная	К
4.16	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям	Д
4.17	Лыжи детские (с креплениями и палками)	П
4.18	Щит баскетбольный тренировочный	Д
4.19	Сетка волейбольная	Д
4.20	Аптечка	Д

#### **Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.**

1. «Образовательная система «Школа 2100» федеральный государственный образовательный стандарт, Примерная основная образовательная программа. В 2-х книгах. Книга 2. Программа отдельных предметов для начальной школы /Под науч. ред. Д.И. Фельдштейна- изд. 2-е, испр.- М.: Баласс, 2011.- 432с.
2. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
3. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 1-4 классы: проект. – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2011.- 61с. – Стандарты второго поколения.
4. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
5. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.
6. Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. – Кемерово: изд-во КРИПКИПРО, 2008.- 140с.
7. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.
8. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2011.-80с.

9. Методическая разработка внеклассного мероприятия для учителей физической культуры и воспитателей «Коми народные подвижные игры» (Коми ворсӧмъяс) составитель Филипов И.И. Мошьюга 2017г
10. Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время. Методическое пособие / П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва, Е.А.Киселёва.-М;Планета, 2013. -272с.- (Учение с увлечением).
11. Ю.Г. Рочев «Коми челядьлы важъя ворсӧмъяс» Сыктывкар; Коми книжной издательство, 1988г

**Интернет-ресурсы:**

<https://resh.edu.ru/>

[https://rosuchebnik.ru/?utm\\_source=yandex.ru&utm\\_medium=organic&utm\\_campaign=yandex.ru](https://rosuchebnik.ru/?utm_source=yandex.ru&utm_medium=organic&utm_campaign=yandex.ru)

<https://ped-kopilka.ru/blogs/vladimir-aleksandrovich-sidorenko/komi-igry.html>

<https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/regionalnyy-komponent/2021/11/01/komi-igry>