

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СТАРОДЕВИЧЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

Согласовано:
заместитель директора по УВР
Т.В.Цыганова

« ___ » _____ 2022 г.

Утверждено:
директор МОУ
«Стародевиченская средняя
общеобразовательная школа»
С.П.Бертякова
Приказ № _____ от _____
г.

**ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«НАЦИОНАЛЬНЫЕ ИГРЫ»**

1 – 7 классы

**Составитель: воспитатель ГПД
Баронова Любовь Викторовна**

2022 год

Рабочая программа по внеурочной деятельности « **Национальные игры** » составлена в соответствии ФГОС, учебного плана МОУ «Стародевиченская средняя общеобразовательная школа» **2022 – 23 г.**

Планируемые результаты

Формирование УУД:

Личностные УУД

- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на уроке;
- учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с правилами игры, учить работать по предложенному учителем плану;
- учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке;
- средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- делать предварительный отбор подвижных игр;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе предметных рисунков, схематических рисунков, схем;
- средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и (на уровне одного предложения или небольшого текста) письменной речи;
- слушать и понимать речь других;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);
- совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры, в школе и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Ходьба и бег

Совушка

Выбирают водящего - "совушку", остальные дети изображают птичек. Птички свободно бегают по площадке, размахивая руками, как крыльями. "Совушка" сидит в дупле (обозначенное на площадке место). Когда руководитель произнесет слово "Ночь", совушка вылетает из дупла и бежит по площадке, зорко следя за птичками. Птички по сигналу "Ночь" должны остановиться на месте и не двигаться. Кто пошевелится, того "совушка" уводит в свой дом, и сама снова выбегает на площадку. Когда руководитель скажет "День", "совушка" прячется в дупло, а птички, кроме уведенных совушкой, начинают летать. Игра прерывается, когда совушка уведет к себе 3-х птичек. Тогда выбирают новую совушку и игра возобновляется.

Ловушка

Все играющие встают в три круга, взявшись за руки. Крайние идут вправо, средний круг идет влево, хлопая в ладоши. Поют песню. По сигналу (хлопок, свисток) игроки крайних кругов подают друг другу руки, стараясь захватить в капкан среднего. Захваченный встает в один из крайних кругов.

Охотник и сторож

Из числа играющих выбираются охотник и сторож. Сторож становится посередине площадки. Возле него чертят круг диаметром в 2 м. Остальные играющие (звери) разбегаются по площадке в разных направлениях. Охотник гонится за ними, стараясь кого-либо запятнать. Пойманные отводятся в круг под охрану сторожа. Их можно выручать. Для этого достаточно ударить стоящего в кругу по вытянутой им руке (переходить за линию круга пойманные не могут). Но если сторож или охотник запятнают выручающего, он сам отправляется в круг. Вырученные звери убегают и присоединяются к остальным. Игра прекращается по усмотрению руководителя.

«Хищник в море» (чувашская народная игра)

Для этой игры надо закрепить в центре поля или площадки колышек (столбик). На этот колышек надевается сверху веревка, которая закрепляется на высоте 20—30 см от поверхности земли с помощью незатягивающейся петли. За другой конец веревки берется водящий. Он прижимает этот конец веревки к своему бедру и бежит по кругу. Образованный с помощью веревки круг — это «море», а веревка — это «хищник». Остальные дети — «рыбки», которые стремятся убежать от «хищника» — веревки, перепрыгнув ее. «Водящий» может закручивать веревку то по часовой стрелке, то против, то убыстрять, то замедлять свой бег, а «рыбки», задев «хищника» (веревку), выбывают из игры. Игру следует продолжать, пока в море не останется всего 2—3 «рыбки». Затем можно выбрать нового водящего и продолжать игру.

Правила:

1. Нельзя поднимать веревку выше уровня бедра, потому что это сделает игру опасной.
2. «Рыбки», выскочившие за пределы «моря», считаются проигравшими.

«Царь горы» (русская народная игра)

Эта игра может проводиться там, где есть крутая невысокая горка. Лучше всего организовать игру зимой, когда и снега много, и падать с такой горки не опасно. Наперегонки дети бросаются к снежной горке, и тот, кто заберется на нее первым, гордо выкрикивает: «Я — царь горы!». Но не тут-то было! Остальные дети стараются тоже забраться на горку и, выпихнув с нее «царя горы», каждый хочет оказаться на заветном пятке. Шутливая борьба продолжается!

Правила:

1. Количество игроков не должно превышать 10—12 детей одновременно,

остальные дети могут просто «болеть» за победителя, поддерживая его аплодисментами и скандированием.

2. Нельзя бороться по-настоящему, можно только весело толкаться и отпихиваться.

12 палочек

Инвентарь: 12 недлинных палочек (размером с авторучку), и дощечка-качели, для их подбрасывания

Место проведения: открытая площадка, двор

Минимальное количество игроков: 4

Вид: с водящим

Развивает: быстроту, ловкость

Дощечку кладут на небольшое бревнышко, чтобы получилось подобие качелей. Все играющие собираются около этих качелей. На нижний конец кладут 12 палочек, а по верхнему один из играющих ударяет так, чтобы все палочки разлетелись.

Водящий собирает палочки, а играющие в это время убегают и прячутся. Когда палочки собраны и уложены на дощечку, водящий отправляется искать спрятавшихся. Найденный игрок выбывает из игры. Водящий подбирает и укладывает палочки обратно на качели строго по одной.

Любой из спрятавшихся игроков может незаметно для водящего подкрасться к качелям и вновь разбить палочки. При этом, ударяя по дощечке, он должен выкрикнуть имя водящего. Водящий вновь собирает палочки, а все играющие снова прячутся. Игра заканчивается, когда все спрятавшиеся игроки найдены и при этом водящий сумел сохранить свои палочки. Последний найденный игрок становится водящим.

Прыжки

Подскоки

Ведущий стоит в кругу, а остальные за пределами круга. Они то впрыгивают в круг, то выпрыгивают из него. Водящий может ловить только тех, кто в кругу, коснувшись их рукой.

Петушки

Играющие (по одному от каждой команды) входят в круг диаметром 3 метра и принимают исходное для боя положение, присев на двух ногах или стоя на одной (правая рука держит левую ногу, а левая рука согнута впереди и прижата к туловищу или наоборот). Задача: вытолкнуть противника из круга.

Упражнения с большими мячами

Картошка

Инвентарь: мяч.

Место проведения: спортзал, открытая площадка.

Минимальное количество игроков: 6-8.

Вид: с водящим.

Развивает: общефизический эффект, тактические навыки.

Играют волейбольным мячом. Количество играющих от 5 человек. Водящий ("картошка") садится на корточки, остальные игроки располагаются вокруг него и перебрасываются мячом, так же, как при игре в волейбол. Уронивший мяч присоединяется к *картошке* – *картошка растет*.

Игроки могут не только перебрасываться мячом, но и глушить *картошку*, то есть с силой ударять ладонью по мячу, стараясь попасть в сидящих. Если игрок промахивается, то присоединяется к *картошке*. Сидящие игроки имеют право выпрыгивать с корточек, пытаясь поймать пролетающий мяч. Если это удастся, поймавший меняется местами с тем, чью передачу он перехватил.

В упрощенном варианте стоящие игроки могут отбивать мяч не сразу, а его разрешается предварительно ловить, и потом кидать партнеру.

Чаще всего игровая площадка имела разумное ограничение по размерам и покидать ее

пределы игрокам воспрещалось. Иногда целью игры было достижение "домика", который располагался на другом конце площадки. Игрока, укывшегося в "домике" нельзя было осаливать.

Тематическое планирование

| Наименование разделов и дисциплин | Всего, час. |
|------------------------------------------|--------------------|
| Ходьба и бег | 10 |
| Прыжки | 5 |
| Упражнения с большими мячами | 7 |
| Упражнения для рук, ног и туловища | 12 |
| Итого: | 34 |

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п/п | Тема занятия | Основная направленность игры | План | Факт |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|
| 1 | Вводное занятие. Значение игр для развития организма. Знакомство с правилами игры. | | | |
| 2 | Знакомство с игрой «Совушка» . Отработка игровых действий детей в игре | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 3 | Самостоятельная игра « Совушка» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 4 | Знакомство с игрой «Ловушка» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 5 | Отработка конкретных игровых действий детей в игре«Ловушка» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 6 | Самостоятельная игра«Ловушка» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 7 | Знакомство с игрой «Царь горы» и ее историей | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 8 | Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Царь горы» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 9 | Самостоятельная игра «Царь горы» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных | | |

| | | | | |
|----|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| | | способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 10 | Знакомство с правилами чувашской игры «Хищник в море» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 11 | Отработка навыков действий детей в игре «Хищник в море» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 12 | Самостоятельная игра «Хищник в море» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 13 | Разучивание игры «12 палочек» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 14 | Отработка поисковых игровых действий детей в игре «12 палочек» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 15 | Самостоятельная игра «12 палочек» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 16 | Знакомство с правилами игры «Картошка» | На овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча. | | |
| 17 | Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Картошка» | На овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча. | | |
| 18 | Самостоятельная игра «Картошка» | На овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча. | | |
| 19 | Знакомство с правилами игры «Пету» | На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей. | | |

| | | | | |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| | шки». | | | |
| 20 | Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Петушки». | На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей. | | |
| 21 | Самостоятельная игра «Петушки». | На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей. | | |
| 22 | Знакомство с правилами осетинской игры «Перетягивание» | На комплексное развитие координационных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями | | |
| 23 | Отработка конкретных игровых действий детей в осетинской игре «Перетягивание» | На комплексное развитие координационных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями | | |
| 24 | Самостоятельная игра «Перетягивание» | На комплексное развитие координационных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями | | |
| 25 | Знакомство с правилами игры «Коршун и наседка» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 26 | Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Коршун и наседка» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 27 | Самостоятельная игра «Коршун и наседка» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 28 | Знакомство с историей создания и правилами игры «Охотник и сторож» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |

| | | | | |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 29 | Отработка конкретных игровых действий детей в игре «Охотник и сторож» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 30 | Самостоятельная игра «Охотник и сторож» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 31 | Соревнования между классами. | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 32 | Соревнования между классами. | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 33 | Викторина по разученным играм. | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| 34 | «Праздник игры» | На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | | |
| Итого 34 часа | | | | |