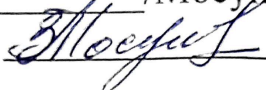
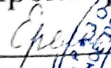



ГБОУ Республики Марий Эл «Новоторъяльская школа-интернат»

<p>Принято на педагогическом совете протокол №19 от 31.08.2023</p>	<p>Согласовано Зам. директора по ВР Мосунова З.П. </p>	<p>Утверждено Директор школы-интерната Еремина Н.А.  </p>
--	---	---

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Давай поиграем»  
на 2023-2024 учебный год  
1 класс  
Срок реализации – 1 год**

## **Пояснительная записка**

Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Разнообразные игры в рамках внеклассной работы в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогают предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы. Сложные и разнообразные движения игровой деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма и формированию здоровой осанки.

Разные виды игр вырабатывают у детей также бойцовский характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества. Групповые учат сплоченности, товариществу, взаимовыручке. Так как для большинства игр необходимо достаточно большое количество играющих, то игровой процесс, кроме следования правилам игры как таковой, включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем.

Кроме того, что игры оказывают всесторонне развивающее воздействие на организм, они еще и очень увлекательны и разнообразны по содержанию. Если надоедает одна игра, всегда на выбор есть еще множество других. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны ребенку. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. Именно поэтому игра признана ведущей деятельностью ребенка. Все свои жизненные впечатления и переживания дети отражают в условно-игровой форме, способствующей

конкретному перевоплощению в образ («Гуси-лебеди», «Коршун и наседка», «У медведя во бору», «Олени и пастухи» и т. д.). Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а встречающиеся в некоторых играх диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности. В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определенных игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы ребенка, развитию его мышления и самостоятельности действий. Так, например, в связи с движениями водящего и изменением игровой ситуации ребенок должен проявить более сложную, то есть мгновенную и правильную, реакцию, поскольку лишь быстрота действий приводит к благоприятному результату («Палочка-выручалочка», «Пятнашки» и др.)

Большое воспитательное значение заложено в правилах игры. Они определяют весь ход игры, регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения, содействуют формированию воли, то есть они обеспечивают условия, в рамках которых ребенок не может не проявить воспитываемые у него качества. Например, в игре «Коршун и наседка» коршун должен ловить лишь одного цыпленка, стоящего в конце всей вереницы цыплят, и только после слов наседки: «Не дам тебе своих детей ловить». Игра требует внимания, выдержки, сообразительности и ловкости, умения ориентироваться в пространстве, проявления чувства коллективизма, слаженности действий, взаимопомощи («один - за всех и все — за одного» — цыплята), ответственности, смелости, находчивости (наседка).

Все виды игр — 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 игры призваны донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов. В современном мире повсеместно и неуклонно происходит возрождение древней культуры всех народов, развиваются и совершенствуются национальные традиции в искусстве и литературе, содержащие в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры. Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

Программа рассчитана на 33 занятия (по 45 минут) для обучающихся 1 классов по 1 часу в неделю.

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

**Основными задачами** данного курса являются:

- укрепление здоровья учащихся 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 учащихся;

- 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 занятий**

Форма проведения занятий:

- групповой;
- игровой;

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

### **1. Результаты освоения курса**

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся 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.

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 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 учащихся, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего учащегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего потенциала.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, интеллектуальных, 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 учащиеся 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 кружок «Давай поиграем» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, настольные 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.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Результатом занятий в кружке «Подвижные игры» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Будут сформированы универсальные компетенции:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

### **Личностные результаты**

Ученик научится:

- 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**

Ученик научится:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- 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;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

### **Предметные результаты**

Ученик научится:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;



- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении 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;
- 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.
- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере;
- разработать (придумать) свои подвижные игры

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности**

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

**«Русские народные игры»** включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

**«Подвижные игры».** Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в

коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

**«Эстафеты».** Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

### **Распределение учебных часов по разделам программы**

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	5
	итого	33

### **Название разделов и тем предмета. Основное содержание тем.**

Тема	Основное содержание по теме
<b>Русские народные игры (11ч)</b>	
Гуси-лебеди	формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны. Расширять кругозор, активную мыслительную деятельность, вызывать положительные эмоции, совершенствовать навыки быстроты, ловкости.
У медведя во бору	формирование уважения к Родине, к ее культуре, искусству, традициям русского народа, его сказаниям, играм. Совершенствовать двигательные функции младших школьников. Воспитывать чувство ответственности за порученное дело.

Филин и пташки	формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре русского народа. Развивать, ловкость, быстроту, внимание. Воспитывать чувство ответственности за порученное дело.
Палочка-выручалочка	формирование нравственно-эстетических, общечеловеческих ценностей. Развитие навыков бега, внимания, смекалки. Воспитание уважения, терпимости друг к другу.
Блуждающий мяч	формирование уважения к истории своей Родины, к культуре русского народа. Развивать быстроту реакции, произвольность движений. Воспитывать волю к победе.
Классики	формирование эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине. Развитие ловкости, чувства дисциплины, точности и быстроты движений.
Ловишка в кругу	формирование уважения к Родине, к ее культуре, искусству, традициям русского народа, его сказаниям, играм. Совершенствовать двигательные функции младших школьников.
Пчелки и ласточки	формирование устойчивого уважительного отношения к культуре родной страны. Расширять кругозор, вызывать положительные эмоции, развивать навык бега, внимания. Воспитание уважения, терпимости друг к другу.
Совушка	развивать быстроту реакции, внимания, воспитание выносливости.
Слепой козел	развитие ловкости, быстроты сообразительности,

	координации и произвольности движений.
Салки	обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.
<b>Подвижные игры (17ч)</b>	
К своим флажкам	формирование нравственно-эстетических, общечеловеческих ценностей; устойчивого интереса к игре. Развитие внимания, памяти, слуха, реакции на сигнал; совершенствование умения ориентироваться. Воспитывать волю к победе.
Кот идет	формирование уважения к истории своей Родины, к культуре русского народа. Развитие ловкости, быстроты реакции, координации и скорости движения. Воспитание выносливости.
Северный и южный ветер	формирование гордости за свой народ, уважения к прошлому своей Родины. Развитие быстроты реакции, произвольности движения. Воспитание терпимого отношения друг к другу.
Соревнования скороходов	разучивание новой игры; развитие быстроты реакции, произвольности движения; воспитание терпеливости, уважения к другим, любознательности.
Колдунчики	развитие ловкости, быстроты сообразительности, координации и произвольности движений.
Пчелы и медведи	развитие навыков бега, умения ориентироваться в пространстве; тренировка навыков в координации движений.
Хитрая лиса	развитие быстроты, ловкости, координации, воспитание честности, творческого воображения, умения себя вести в коллективе товарищей.
Ловишки	с разучивание новой игры; развитие быстроты реакции,

приседаниями	произвольности движений; воспитание терпеливости, уважения к другим.
Мышеловка	разучить игру, развивать быстроту реакции, произвольности движений, воспитывать коллективизм.
Пустое место	развивать ловкость, координацию движений, воспитывать умения действовать в команде.
Карусель	воспитание интереса к занятиям физкультурой и спортом, развитие двигательной активности учащихся, воспитание культуры общения учащихся.
Кто быстрее	развитие быстроты реакции и, внимания, воспитание чувства ответственности, дисциплины.
Конники-спортсмены	развитие внимания, быстроты движения, совершенствование физического развития и двигательной подготовленности, укрепление здоровья.
Лягушата и цыпля	укрепление физического и психического здоровья учащихся.
Карлики и великаны	развитие внимания, сообразительности, творческого воображения, формирование культуры здоровья учащихся.
Охотники и зайцы	обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.
Краски	Развитие познавательного интереса к знаниям, к стремлению применять знания на практике. Формирование положительного отношения к труду, воспитание трудолюбия, деловитости.
<b>Эстафеты (5ч)</b>	
Эстафета зверей	обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и

		координации движения.
Эстафеты с мячом		обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.
Быстрые и ловкие		обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.
Эстафеты с обручем		обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.
Эстафеты со скакалкой		обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.

### 3. Календарно-тематическое планирование

№	Дата		Количество
<b>Русские народные игры (11ч)</b>			
1		Гуси-лебеди	1
2		У медведя во бору	1
3		Филин и пташки	1
4		Палочка- выручалочка	1
5		Блуждающий мяч	1
6		Классики	1
7		Ловишка в кругу	1
8		Пчелки и ласточки	1
9		Совушка	1
10		Слепой козел	1
11		Салки	1
<b>Подвижные игры (17ч)</b>			
12		К своим флажкам	1
13		Кот идет	1
14		Северный и южный ветер	1
15		Соревнования скороходов	1

16		Колдунчики	1
17		Пчелы и медведи	1
18		Хитрая лиса	1
19		Ловишки с приседаниями	1
20		Мышеловка	1
21		Пустое место	1
22		Карусель	1
23		Кто быстрее?	1
24		Конники-спортсмены	1
25		Лягушата и цапля	1
26		Карлики и великаны	1
27		Охотники и зайцы	1
28		Краски	1
<b>Эстафеты (5ч)</b>			
29		Эстафета зверей	1
30		Эстафеты с мячом	1
31		Быстрые и ловкие	1
32		Эстафеты с обручем	1
33		Эстафеты со скакалкой	1