



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №269 Кировского района Санкт-Петербурга  
(ГБОУ СОШ № 269 Кировского района Санкт-Петербурга)

**ПРИНЯТО:**

Решением педагогического совета ГБОУ СОШ  
№269

Протокол № 3

От «30» августа 2023 года

**УТВЕРЖДЕНО**

директором ГБОУ СОШ № 269  
Кировского района Санкт-Петербурга

Директор \_\_\_\_\_ Е.Б. Федоренко  
Приказ №146 от «30» августа 2023 г



Рабочая программа  
по курсу внеурочной деятельности «Народные игры»  
для учащихся 1Б класса  
на 2023-2024 год

Составитель:  
Печеницына Н.Ю., учитель физической культуры

Санкт-Петербург  
2023

## Пояснительная записка

**Цель программы** – способствовать

- духовному совершенствованию физически здоровой личности учащегося начальной школы,
- расширению его историко-культурного кругозора.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных задач:

- приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;
- обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены;
- гармоничное развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
- повышение физической и умственной работоспособности школьника;
- привить учащимся интерес и любовь к занятиям различными видами спортивной и игровой деятельности;

**Задачи программы :**

- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.
- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;

Данная программа ориентирована на учащихся 1 класса(7 лет). 1 час в неделю. Групповая форма организации занятий.

Срок реализации программы – 1 год.

**Универсальные учебные действия.**

**Универсальными компетенциями** учащихся по курсу «Спортивные игры» являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Спортивные игры» являются следующие умения:

- 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.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Спортивные игры» являются следующие умения:

- 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.

## Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов 1 класс
1	Знания о физической культуре. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью	В процессе занятия
2	Игры с бегом	11
3	Игры на развитие координации	11
4	Игры с прыжками	11
	Всего	33

#### Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения занятий.
1	Русская народная игра «У медведя во бору»	1	Игровое
2	Русская народная игра «Филин и пташка».	1	Игровое
3	Русская народная игра «Горелки».	1	Игровое
4	Подвижные игры: «Ловишки»	1	Игровое
5	Русская народная игра «Блуждающий мяч».	1	Игровое
6	Русская народная игра «Зарница»	1	Игровое
7	Русская народная игра «Зарница»	1	Игровое
8	Разучивание игры «Два мороза». Эстафета прыжками.	1	Игровое
9	«У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	1	Игровое
10	Разучивание игры «Мышеловка»	1	Игровое
11	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Соревнования по подвижным играм.	1	Игровое
12	Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.	1	Игровое
13	Подвижные игры: «Наперегонки парами»,	1	Игровое

	«Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.		
14	Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты»	1	Игровое
15	Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам».	1	Игровое
16	Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам».	1	Игровое
17	Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	1	Игровое
18	Разучивание игр «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	1	Игровое
19	Разучивание игр «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	1	Игровое
20	Игры на развитие мышления и речи.	1	Игровое
21	«Кто первый через обруч к флажку?»	1	Игровое
22	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз»	1	Игровое
23	«Пчёлки». Самостоятельные игры.	1	Игровое
24	Разучивание игр «Пролезай-убегай»	1	Игровое
25	Игра с мячом «Охотники и утки».	1	Игровое
26	"С кочки на кочку», «Кот и мыши».	1	Игровое
27	«Кто дольше не собьётся»,	1	Игровое
28	«Удочка». Игры по выбору.	1	Игровое
29	Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты	1	Игровое
30	Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.	1	Игровое
31	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка»	1	Игровое
32	Игра с прыжками «Попрыгунчики- воробушки»	1	Игровое
33	« Трамвай»	1	Игровое

34	Игра с мячом «Горячий камень»	1	Игровое
----	-------------------------------	---	---------

#### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия
1		Русская народная игра «У медведя во бору»	1	Игровое
2		Русская народная игра «Филин и пташка».	1	Игровое
3		Русская народная игра «Горелки».	1	Игровое
4		Подвижные игры: «Ловишки»	1	Игровое
5		Русская народная игра «Блуждающий мяч».	1	Игровое
6		Русская народная игра «Зарница»	1	Игровое
7		Русская народная игра «Зарница»	1	Игровое
8		Разучивание игры «Два мороза». Эстафета прыжками.	1	Игровое
9		«У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	1	Игровое
10		Разучивание игры «Мышеловка»	1	Игровое
11		Разучивание игр «Волк в рву», «Горелки». Соревнования по подвижным играм.	1	Игровое
12		Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.	1	Игровое
13		Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.	1	Игровое

14		Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты»	1	Игровое
15		Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам».	1	Игровое
16		Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам».	1	Игровое
17		Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	1	Игровое
18		Разучивание игр «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	1	Игровое
19		Разучивание игр «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	1	Игровое
20		Игры на развитие мышления и речи.	1	Игровое
21		«Кто первый через обруч к флажку?»	1	Игровое
22		Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз»	1	Игровое
23		«Пчёлки». Самостоятельные игры.	1	Игровое
24		Разучивание игр «Пролезай-убегай»	1	Игровое
25		Игра с мячом «Охотники и утки».	1	Игровое
26		"С кочки на кочку», «Кот и мыши».	1	Игровое
27		«Кто дольше не собьётся»,	1	Игровое
28		«Удочка». Игры по выбору.	1	Игровое
29		Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты	1	Игровое

30		Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.	1	Игровое
31		Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка»	1	Игровое
32		Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки»	1	Игровое
33		«Трамвай»	1	Игровое
34		Игра с мячом «Горячий камень»	1	Игровое