

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа  
с углубленным изучением отдельных предметов № 61» города Кирова

«Утверждаю»

Директор  
МБОУ «СОШ с УИОП № 61»  
города Кирова

\_\_\_\_\_ В.С.Симанов

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### «НАРОДНЫЕ ИГРЫ»

Киров  
2025

**Пояснительная записка к программе по внеурочной деятельности.  
«Народные игры» для 2 класса.**

Рабочая программа «Народные игры» для 2 класса составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО, Основной образовательной программы НОО МБОУ «СОШ с УИОП №61» города Кирова Программы воспитания и социализации обучающихся на ступени начального, основного и среднего общего образования МБОУ «СОШ с УИОП № 61» города Кирова.

Программа составлена на основе программы Л.В. Былеева « Народные игры» Авт. Л.В. Былеева и др., М. Изд-во «Физкультура и спорт», 2018г.

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Испокон веков в играх 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 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.

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

С целью преодоления малоподвижного образа жизни, последствия гиподинамии разработана рабочая программа учебного курса практикум по физической культуре «Подвижные игры народов России»

Цель – развивать физические качества учащихся 2 класса и совершенствовать двигательные, удовлетворить индивидуальные двигательные потребности.

Основными задачами для курса являются:

- 1.Формировать у детей интерес к спорту.
- 2.Уметь играть по правилам.
- 3.Учить бережно относиться к своему здоровью и здоровью других.
- 4.Развивать скоростно-силовых качеств, ловкость, уважение к товарищам.

## **Универсальные учебные действия**

**Универсальными компетенциями** учащихся по курсу 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 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.

**Количество часов по рабочему плану:** 34 часов, 1 час в неделю.

### **Содержание тем учебного курса.**

#### **1. Подвижные игры:**

Игры, побуждающие немедленно переходить от одних действий к другим; не задерживаясь, сочетать свои действия с действиями других занимающихся (по внезапным заданиям, сигналам). Игры, требующие умения сосредоточить внимание одновременно на нескольких действиях (бег, прыжки, игры с увертыванием). Игры с преодолением расстояний в кратчайший срок. Игры с бегом на скорость в изменяющихся условиях.

#### **Календарно-тематическое планирование.**

| №  | Тема занятия  | Характеристика деятельности учащихся или виды учебной деятельности, формы работы                            | По плану | Дата пров. |
|----|---|---|----------|------------|
| 1. | Упражнение «Ястреб и утки». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: вышибалы. | Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.                                  |          |            |
| 2. | Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Волк и жеребята», «Круговая лапта».                      | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. |          |            |

|    |  |   |  |  |
|----|--|---|--|--|
|    |  | Развитие скоростно-силовых способностей   |  |  |
| 3. | Подвижные игры: «Летучая мышь», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу.<br>Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей      |  |  |
| 4. | Разучивание игр «Летучая мышь», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками.<br>Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».       | Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |  |  |
| 5. | Разучивание игр «Соколиный бой», «Ястреб и утки». Эстафета по кругу.<br>Самостоятельные игры.  | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей       |  |  |
| 6. | Разучивание игр «Соколиный бой», Эстафета «Паровозик».<br>Соревнования по подвижным играм.   | Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  |  |  |
| 7. | Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами»,<br>Самостоятельные игры.   | Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие   |  |  |

|     |   |   |       |  |
|-----|---|---|-------|--|
|     |   | выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.   |       |  |
| 8.  | Разучивание игры «Летающий диск».Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.                  | Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.                                       |       |  |
| 9.  | Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие.Перетягивание каната. | Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.                                       |       |  |
| 10. | Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната». «Горелки».                         | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей   | 1 час |  |
| 11. | Разучивание игры «Сокол и лиса»   | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей   | 1 час |  |
| 12. | Разучивание игр «Пчёлки».Самостоятельные игры.  | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей   | 1 час |  |
| 13. | «Перетягивание на палках» Игры по выбору.   | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей   | 1 час |  |
| 14. | «Перетягивание на палках» Игры по выбору.   | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей   | 1 час |  |
| 15. | Разучивание игр «Покати-догони», Весёлые старты.  | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.Весёлые старты.Ловля и передача мяча в | 1 час |  |

|     |   |   |       |  |
|-----|---|---|-------|--|
|     |   | движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель   |       |  |
| 16. | Разучивание игр «Упасть не давай», «Сокол и лиса»Эстафета с мячами, скакалками. | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей   | 1 час |  |
|     |   |   |       |  |
| 17. | Катание на лыжах.<br>«Трамвай», «Каюр и собака»Игры по выбору.                  | ТБ на уроках лыжной подготовки.Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры. | 1 час |  |
| 18. | «Трамвай», «Каюр и собака» Игры по выбору.                                      | Игры на лыжах.  | 1 час |  |
| 19. | Катание на лыжах. «Через препятствия»   | Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.                                | 1 час |  |
| 20. | Катание на лыжах. «Через препятствия». Самостоятельные игры.                    | Изменение скорости передвижения скользящим шагом и попеременным двушажным ходом.  | 1 час |  |

|     |   |   |       |  |
|-----|---|---|-------|--|
| 21. | Катание на лыжах. Разучивание игр «Хейро» .Самостоятельные игры.                                    | Попеременный душойажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.  | 1 час |  |
| 22. | Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Хейро». Игры по выбору.                                 | Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный душойажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры. | 1 час |  |
| 23. | Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок. | Эстафета на лыжах. Игры.  | 1 час |  |
| 24. | Ходьба парами, тройками.<br>Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.      | Эстафета на лыжах. Игры.  | 1 час |  |
| 25. | Разучивание игр «Олени и постухи» Самостоятельные игры.   | Эстафета на лыжах. Игры.  | 1 час |  |
|     |   |   |       |  |
| 26. | «Ручейки и озёра»Эстафета прыжками.<br>Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.                    | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафеты.                          | 1 час |  |
| 27. | Эстафета с передачей палочки.<br>Самостоятельные игры: ручной мяч.                                  | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых         | 1 час |  |



|     |  |   |       |  |
|-----|--|---|-------|--|
|     |  | способностей.   |       |  |
| 28. | «Ручейки и озёра». Эстафета по кругу.<br>Игры по выбору: ручной мяч. | Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. | 1 час |  |
| 29. | «Ловля оленей» Самостоятельные игры.                                 | Соревнования. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.   | 1 час |  |
| 30. | Эстафета «Паровозик».  | Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.   | 1 час |  |
| 31. | «Куропатки и охотники» Комбинированная эстафета.<br>Игры по выбору.  | Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.   | 1 час |  |
| 32. | Упражнение «Силачи». Игры «Нарты-сани» Комбинированная эстафета.     | Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.   | 1 час |  |

|     |   |   |       |  |
|-----|---|---|-------|--|
| 33. | Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору. Игры «Нарты-сани» | Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. | 1 час |  |
| 34  | Весёлые старты.   | Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. |       |  |

### Ожидаемые результаты проекта:

1. Изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательного воздействия окружающей среды, желание и умение вести здоровый образ жизни.
2. Включение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий.
3. Снижение заболеваемости школьников.
4. Снижение психоэмоциональных расстройств.
5. Повышение уровня физической подготовки школьников.
6. Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
7. Снижение последствий умственной нагрузки.
8. Повышение социально-психологической комфортности в детском коллективе.

## Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; 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.

Таблица

| №<br>п/п  | Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения                                  | Количество |
|-----------|---|------------|
| <b>1.</b> | <b>Основная литература для учителя</b>  |            |
| 1.1.      | Стандарт начального общего образования по физической культуре   | Д          |
| 1.2.      | Народные игры. Авт. Л.В. Былеева и др., М. Изд-во «Физкультура и спорт», 2018г.                       | Д          |
| 1.3.      | Русские подвижные игры. Авт. М.Ф.Литвинова М. «Просвещение», 2014г.                                   | Ф          |
| 1.4.      | Здоровье-сберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. Авт. В.И. Ковалько. М.: «ВАКО», 2012г. | Д          |
| <b>2.</b> | <b>Дополнительная литература для обучающихся</b>  |            |
| 2.1.      | Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.  | Д          |
| <b>4.</b> | <b>Технические средства обучения</b>  |            |
| 4.1.      | Ноутбук   |            |

|           |   |   |
|-----------|---|---|
| <b>5.</b> | <b>Учебно-практическое оборудование</b>   |   |
| 5.1.      | Бревно гимнастическое напольное   | П |
| 5.2.      | Козел гимнастический  | П |
| 5.3.      | Канат для лазанья   | П |
| 5.4.      | Перекладина гимнастическая (пристеночная)   | П |
| 5.5.      | Стенка гимнастическая   | П |
| 5.6.      | Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)  | П |
| 5.7.      | Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты) | П |
| 5.8.      | Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные               | К |
| 5.9.      | Палка гимнастическая  | К |
| 5.10.     | Скакалка детская  | К |
| 5.11.     | Мат гимнастический  | П |
| 5.12.     | Гимнастический подкидной мостик   | Д |
| 5.13.     | Кегли   | К |
| 5.14.     | Обруч пластиковый детский   | Д |
| 5.15.     | Планка для прыжков в высоту   | Д |
| 5.16.     | Стойка для прыжков в высоту   | Д |
| 5.17.     | Флажки: разметочные с опорой, стартовые   | Д |
| 5.18.     | Лента финишная  | П |

|       |  |   |
|-------|--|---|
| 5.19. | Рулетка измерительная                          | К |
| 5.20. | Набор инструментов для подготовки прыжковых ям | П |
| 5.21. | Лыжи детские (с креплениями и палками)         | П |
| 5.22. | Щит баскетбольный тренировочный                | Д |
| 5.23. | Сетка для переноски и хранения мячей           | П |
| 5.24. | Сетка волейбольная                             | Д |
| 5.25. | Аптечка  | П |

**Д** – демонстрационный экземпляр (1экземпляр);

**К** – полный комплект (для каждого ученика);

**Ф** – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

**П** – комплект