

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Самарской области
ГБОУ СОШ пос.Прогресс

РАССМОТРЕНО

на педагогическом
совете

ГБОУ СОШ пос.
Прогресс

от «30» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

куратор по УВР

Астапова М.В.
от «30» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Суханина И.А.
Приказ № 144-од
от «30» августа 2025 г.

Программа внеурочной деятельности

«Игры народов Поволжья» 4 класс

Количество часов по учебному плану в год 34, 1 час в неделю.

Реквизиты программы: Программа внеурочной деятельности «Игры народов Поволжья»
Фролова Е.В. Приказ №1 от 30.08.2025

Пояснительная записка

Данная программа разработана с учетом следующих нормативных правовых актов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (гл.13 ст. 101);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 "Об утверждении **федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования**".

Общая характеристика учебного курса

Подвижные игры ценны как в физическом, так и педагогическом аспектах. Бег для ребёнка является естественным движением, знакомым с раннего детства. Он – важнейшее средство для развития координации движений.

Разнообразные действия играющих оказывают благотворное влияние на сердечно – сосудистую, дыхательную опорно – двигательную, нервную и другие системы организма. Игры способствуют общему развитию и укреплению мышц, а также улучшению обмена веществ. Игры с элементами корригирующей гимнастики улучшают осанку. Наличие в играх движений способствует максимальной разгрузке центров головного мозга. Удовольствие, доставленное игрой, не только даёт отдых уставшему организму, нервной системе, но и активизирует жизнедеятельность, увеличивает работоспособность. Учебный курс «Игры народов Поволжья» направлен на решение следующих **задач**:

1. закрепление и повторение пройденного программного материала на уроках физической культуры, в изменённых условиях и ситуациях;
2. повышение эмоционального тонуса детей;
3. развитие умений взаимодействовать друг с другом;
4. формирование навыков общения в коллективе сверстников;
5. воспитание у детей уважения друг к другу в процессе игры.

Данный курс тесно связан с такими предметами как русский язык, литературное чтение, окружающий мир, музыка, технология, ИЗО и является неразрывным звеном в освоении основной образовательной программы начального общего образования.

Место учебного курса в учебном плане

Учебный курс «Игры народов Поволжья» рассчитан на 34 часа из расчёта: 1 час в неделю в 4 классе за счёт 1 часа физической культуры:

Ценностные ориентиры содержания учебного курса.

В соответствии со Стандартом на ступени начального общего образования осуществляется:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- духовно – нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся. Стандарт ориентирован на становление таких личностных характеристик выпускника начальной школы:
- любящий свой народ, свой край и свою Родину;
- уважающий и понимающий ценности семьи и общества;

- любознательный. Активный и заинтересованно познающий мир.

В связи с этим велико значение данного учебного курса не только с точки зрения оздоровления младших школьников, но и с педагогической. Он оказывает большое влияние на воспитание ума, характера, воли, развивает нравственные чувства и творческие способности, создаёт определённый духовный настрой, интерес к истории, культуре, как русского народа, так и других народов мира.

Основные задачи курса:

- укрепление здоровья младших школьников;
- содействие гармоническому физическому, нравственному и социальному развитию;
- воспитание способности к духовному развитию и нравственному самосовершенствованию;
- формирование представлений о культуре и национальных традициях народов России и народов мира.

Содержание учебного курса

Игры народов Поволжья (русские, татарские, чувашские, мордовские, башкирские, марийские, казахские)

Краткая характеристика народов Поволжья, видов спорта (входящих в народные игры).

Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.

Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели.

Здоровье и здоровый образ жизни.

Режим дня, его основное содержание и правила составления.

Закаливание организма.

Правила безопасности и гигиенические требования.

Влияние игровых занятий на формирование положительных качеств личности.

Общефизическая подготовка.

Планируемые результаты освоения содержания учебного курса «Игры народов Поволжья»

Результаты освоения содержания учебного курса определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения по данному курсу. Результаты освоения программного изучения данного курса оцениваются по трём базовым уровням, исходя из принципа «общее – частное – конкретное» и представлены **метапредметными, предметными и личностными результатами.**

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно – практической деятельности. Приобретённые на базе освоения содержания курса в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, таких как окружающий мир, литературное чтение, русский язык, музыка, математика, технологии и др., универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в рамках реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях:

В области познавательной культуры:

- понимание подвижной игры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
- понимание подвижной игры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование знаний физической культуры для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиции укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника.

В области физической культуры:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, активное их использование в игровой спортивно – оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных формиговых занятий.

В области этической культуры:

- способность самостоятельно использовать изученные упражнения для формирования правильной осанки и телосложения в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность самостоятельно организовать и провести игру

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного курса

«Игры народов Поволжья». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных игровых занятий. Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию русских народных игр и игр других народов мира о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и др.);
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек.
- формирование навыков систематического наблюдения за своим физическим состоянием, развитием основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, воли.)

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных игровых занятий, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности в полном объёме;
- способность организовывать самостоятельные игровые занятия, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

В области эстетической культуры:

- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки (роста, массы тела и др.), объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями;
- способность использовать полученные знания для формирования культуры движений, координации, пластики;
- освоение правил режима питания, режима дня и режима физических нагрузок для овладения умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.)

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно передавать знания, полученные на занятиях учебного курса грамотно пользоваться полученными понятиями;
- способность честно осуществлять судейство игр.

В области физической культуры:

- способность регулировать величину спортивной нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей организма.

Личностные:

- формирование основ общекультурной и российской гражданской идентичности как чувства гордости за достижения в мировом и отечественном спорте;

- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы, стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Формируемые УУД на занятиях:

личностные: способность к саморазвитию, мотивация к познанию, личностная позиция, российская и гражданская идентичность; ценностные установки, нравственная ориентация, личностная саморефлексия, ценностные установки, нравственная ориентация; извлечение информации, ориентирование в своей системе знаний;

регулятивные: умение понять свои интересы, увидеть задачу, выразить её словесно, соотнесение результата своей деятельности с целью и оценка его, преодоление трудностей, сверяясь с целью и планом, поправляя себя при необходимости, если результат не достигнут; контроль, коррекция, оценка; аргументация своего мнения и позиции в коммуникации; учет разных мнений; использование критериев для обоснования своего суждения;

познавательные: : извлечение информации; ориентирование в своей системе знаний; способность к саморазвитию, мотивация к познанию; личностная позиция, российская и гражданская идентичность; анализ, синтез, сравнение, обобщение, аналогия; планирование; целеполагание; умение делать предварительный отбор источников информации для поиска нового знания, добывать новые знания из различных источников, анализировать, обобщать, классифицировать, сравнивать, выделять причины и следствия, преобразовывать информацию из одной формы в другую, выбирая наиболее удобную;

коммуникативные: донесение своей позиции до других, владея приёмами монологической и диалогической речи, понимание позиции других взглядов, интересов, умение договариваться с другими, согласуя с ними свои интересы и взгляды, для того чтобы сделать что-то сообща; планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками;

Тематическое планирование

4 класс (34 часа)

№	Тема	Кол –во часо в	Форма проведения занятий	ЭОР
1.	Вводный инструктаж по технике безопасности.	1	Беседа: «Народные игры – национальное достояние».	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/start/
2.	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.	1	Разучивание русской народной игры «Маляр и краски».	
3.	Беседа: «Правила поведения во время	1		

	игр». Отработка русской игры «Маляр и краски».		Беседа «Значение закаливания для развития организма».	
4.	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.	1	Разучивание русской мордовской игры «Раю-раю	
5.	».	1		
6.	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Разучивание считалок. Отработка народных игр	1	Разучивание считалок. Беседа «Игры азербайджанск ого народа».	
7.	«Маляр и краски», «Раю-раю».	1	Разучивание азербайджанск ой игры «Дай платочек	
8.	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. ».	1	Беседа «Что нужно знать о своём организме. Развитие и укрепление дыхательной системы».	
9.	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.	1	Разучивание русской народной игры «Щука и караси».	
10.	Отработка азербайджанской игры «Дай платочек».	1	Беседа «Что необходимо знать о своём организме.	
11.	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.	1	Разучивание русской народной игры «Городки»	
12.	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Закрепление русской народной игры «Щука и караси».	1	Разучивание грузинской игры «Всадники с мячом».	
		1	Разучивание грузинской народной игры «Серсо»	

13	Инструктаж по технике безопасности на занятиях зимой. Разминка:	1		
14	общеукрепляющие упражнения. Инструктаж по технике безопасности. Разминка:	1		
15	общеукрепляющие упражнения. Отработка русских народных игр «Щука и караси», «Городки»	1	Беседа «Профилактика простудных заболеваний». Разучивание русской народной игры «Кто дальше».	
16	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.	1		
17	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Разучивание считалок. Отработка грузинской игры «Всадники с мячом».	1	Разучивание правил спортивной игры «Баскетбол».	
18	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.	1		
19	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.	4	Беседа «История Олимпийских игр».	
20	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Беседа: «Развиваем в себе волевые качества».	1	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.	
21	Отработка игр «Всадники с мячом», «Серсо».	1	Отработка правил спортивной игры «Баскетбол»	
24	Инструктаж по технике безопасности. Разминка:	1		

25	общеукрепляющие упражнения. «Весёлые состязания» на основе игр, изученных за четверть, проводимые самими детьми под руководством учителя.	1		
26	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.	1		
27	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.	1		
28	Закрепление русской народной игры «Кто дальше».	1		
29	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Разучивание считалок.	1		
30	Отработка русской игры «Перебежки под обстрелом».	1		
31	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Самостоятельная организация детьми изученных игр по своему выбору. (Под руководством учителя)	34ч		
32	Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения.			
33	Инструктаж по технике			

34.	безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Самостоятельная организация детьми игр по выбору под руководством учителя. Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Спортивные состязания «Выше, дальше и быстрее» с использованием выученных игр. Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Беседа «Развиваем грацию и пластику». Разучивание русской игры «Бег с ракетками». Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Беседа «Вода и питьевой режим». Отработка игры «Бег с ракетками». Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Разучивание русской народной игры «Челночок» Инструктаж по технике безопасности.			
-----	--	--	--	--

Разминка: общеукрепляющие упражнения. Бесед «Правила оказания первой помощи пострадавшему» Отработка игр «Челночок» и «Бег с ракетками». Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Разучивание русской народной игры «Догони колокольчик!» Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Отработка русской игры «Догони колокольчик!» Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Беседа «Знакомство с играми прибалтийского происхождения». Разучивание литовской игры «Рыбки в неводе». Инструктаж по технике безопасности. Разминка: общеукрепляющие упражнения. Отработка литовской игры «Рыбки в неводе». Подведение итогов за год. Самостоятельная организация детьми изученных за год игр			
---	--	--	--

	под руководством учителя.			
	ВСЕГО			