

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Самарской области

Департамент образования г.о. Самара

МБОУ Школа № 148 г.о.Самара

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей
начальных классов


Руководитель МО Егорова Н.В.
Протокол №1
от «27» августа 2026 г.

ПРОВЕРЕНО

заместителем директора
по учебной работе


Исламова М.В.
от «27» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «Школа
148» г.о. Самара


Ковалева Т.А.
Приказ №572/ПН
от «01» сентября 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры народов России»
для 2-4 классов
начального общего образования

г. о. Самара 2026г.

Пояснительная записка

Народная игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку находчивость, волю, стремление к победе.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игра как средство воспитания.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Роль и место данного курса.

Подвижная игра — 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. Передовые представители культуры: К.Д. Ушинский, Е.А. Покровский, Д.А. Колодца, Г.А. Виноградов и др., заботясь о просвещении, образовании и воспитании детей, призывали повсеместно собирать и описывать народные игры, чтобы донести до потомков народный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка.

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.

Алгоритм работы с играми.

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

Цель программы: создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных народных игр через включение их в совместную деятельность.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;

- создавать условия для проявления чувства коллективизма;

- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;

- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся должны:

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

- о режиме дня и личной гигиене;

- о способах изменения направления и скорости движения;

- о народной игре как средстве подвижной игры;

- об играх разных народов;

- о соблюдении правил игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

- играть в подвижные игры;

- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

- выполнять строевые упражнения;

- соблюдать правила игры

Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

УУД

1.Познавательные УУД: рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности (если будет этап рефлексии); самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели (когда идёт работа над блоком Игры народов...), структурирование знаний (в конце изучения блока);

2. Коммуникативные УУД: адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; задавать вопросы; контролировать действия партнёра;

3. Личностные УУД: внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности, установка на здоровый образ жизни

4.Регулятивные УУД: принимать и сохранять учебную задачу, учитывать установленные правила в планировании и контроле способа действия, различать способ и результат действия.

Учебно-тематическое планирование 2 класс

п/п	Раздел	Кол – во часов	Темы занятий	Дата
1	Введение.	1	Знакомство с историей народной подвижной игры.	
2	Основы знаний о народной подвижной игре.	1	Выработка правил. - Пятнашки. - Фанты. - Горелки. - Лапта. - Штандр.	
3	Игры на свежем воздухе.	1	Русские народные игры. «Ловушка».	
4		1	Групповые игры. «Охотник и сторож».	
5		1	Групповые игры. «Карусель», «Совушка».	
6		1	Народные подвижные игры	
7	Подвижные игры разных народов.	1	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки»	
8		1	Игры мордовского народа. «Котел», «Салки»	
9		1	Игры белорусского народа. « Михасик», «Прела-горела».	
10		1	Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок»	
11		1	Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».	
12		1	Игры украинского народа. « Высокий дуб» «Колдун».	
13		1	Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек».	
14		1	Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки».	
15		1	Игры калмыцкого народа. «Альчики», «Забрасывание белого мяча»	
16	Зимние забавы	1	Зимой на воздухе. «Городки»	
17		1	Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов»	
18		1	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	
19		1	Эстафета на санках.	
20		1	Лыжные гонки.	
21	Подвижные игры, основанные на	1	«У медведя во бору», «Совушка»	
22		1	«Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву»	
23		1	«Охотники и олени», «Встречная	

	элементах.		эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»	
24		1	«Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки»	
25	Игры-эстафеты.	1	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам»	
26		1	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча»	
27		1	Эстафеты с бегом и прыжками	
28		1	Эстафеты с преодолением препятствий	
29	ОРУ на развитие основных физических качеств.	1	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».	
30		1	Упражнения со скакалками	
31		1	Специальные беговые упражнения	
32		1	Упражнения со скакалками	
33		1	Игры с мячами	
34	Итоговое занятие	1	Праздник здоровья и подвижной народной игры.	

Учебно-тематическое планирование 3 класс

п/п	Раздел	Кол – во часов	Темы занятий	Дата
1	Групповые игры	1	Пятнашки	
2		1	Салки в два круга	
3		1	Ловушка	
4		1	Коршун и наседка	
5		1	Охотник и сторож	
6		1	Шалунишки	
7		1	Успей занять место	
8	Командные игры	1	Успей взять кеглю	
9		1	Сбей мяч	
10		1	Бег за флажками	
11		1	Перетягивание по кругу	
12		1	Перестрелка	
13		1	Гонка с мячом по кругу	
14	Забывтые игры	1	Лапта	
15		1	Фанты	
16		1	Горелки	
17-18	Зимой на воздухе	2	Снежное строительство	
19		1	Не ходи на гору	
20		1	Скатывание шаров	
21		1	Гонки снежных комов	

22	Подвижные игры разных народов.	1	Салки со снежками	
23		1	Залп по мишени	
24		1	«Змейка» (русская народная игра)	
25		1	«Липкие пеньки» (башкирская народная игра)	
26		1	«Вестовые» (якутская народная игра)	
27		1	«Ворота» (русская народная игра)	
28		1	«Капканы» (русская народная игра)	
29		1	«Удмуртские горелки» (удмуртская народная игра)	
30		1	«Колышки» (марийская народная игра)	
31		1	«Стой, олень» (игра, народа коми)	
32		1	«Ястреб и утки» (бурятская народная игра)	
33		1	«Поляна — жердь» (удмуртская народная игра)	
34		1	«Казаки-разбойники» (русская народная игра)	

Учебно-тематическое планирование 4 класс

п/п	Раздел	Кол – во часов	Темы занятий	Дата
1	Групповые игры	1	Второй лишний	
2		1	Найди себе пару	
3		1	Челнок	
4		1	Колесо	
5		1	Лабиринт	
6		1	Поймай и попади. Мяч в воздухе.	
7		1	Карусель	
8	Командные игры	1	Мяч среднему	
9		1	Передача мяча по кругу	
10		1	Защита крепости	
11		1	Соревнование скороходов	
12		1	Шмель. «Бой петухов» (марийская народная игра)	
13		1	«В узелок» (татарская народная игра)	
14	Забываемые игры	1	Лапта. Розыгрыш фантов.	
15		1	Котел	
16		1	Земля – вода – небо. Зверь – рыба – птица.	
17-18	Зимой на воздухе	2	Снежное строительство	
19		1	Осада снежной крепости	

20		1	Льдинка. Мяч из круга.	
21		1	Гонка с шайбами	
22		1	Салки со снежками. Царь горы.	
23		1	Залп по мишени	
24	Подвижные игры разных народов.	1	«Золотые ворота» (русская народная игра)	
25		1	«Повелитель лунки» (кабардинская народная игра)	
26		1	«Слепой медведь» (осетинская народная игра)	
27		1	«Золотые ворота - круговые» (русская народная игра)	
28		1	«Капканы» (русская народная игра)	
29		1	«Поляна - жердь» (удмуртская народная игра)	
30		1	«Маляр и краски» (татарская народная игра)	
31		1	«Чур, все!» (прятки со скороговорками) (игра, народа коми)	
32		1	«Бег с палкой в руке» (ингушская народная игра)	
33		1	«Поляна — жердь» (удмуртская народная игра)	
34		1	«Волк и овцы» (русская народная игра)	