

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МКОУ Тогучинского района "Борцовская средняя школа "

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Дортман К.В. 

Протокол № 1
от « 17 » 08.2026 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УЗР

Михайлова Н.А. 

от « 17 » 08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Савенкова И.Г. 

Пр. № 330 от «17» августа 2026 г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
«Игры народов России »
для обучающихся 4 класса

Рабочую программу составила:

Коновалова Е.А

учитель физической культуры

село Борцово, 2026

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности « Игры народов России » разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- приказ Минпросвещения от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования»;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- СП 2.4.3648-20;
- СанПиН 1.2.3685-21;
- Авторской программы курса внеурочной деятельности Шевченко И.В «Вместе весело играть» Ростов-на-Дону «Феникс», 2002г.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Игры народов России »

Программа курса внеурочной деятельности «Игры народов России » разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, федеральной образовательной программы начального общего образования. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования в урочной и в внеурочной деятельности.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Она позволяет познакомить детей с традиционными подвижными играми разных народов России, расширить представления о национальной культуре, воспитать уважение к традициям народов многонациональной страны.

Современные школьники всё больше времени проводят за гаджетами, испытывают дефицит двигательной активности и живого общения. Народные подвижные игры:

- развивают основные физические качества;
- формируют навыки общения и работы в коллективе;
- знакомят с культурным наследием народов России;
- воспитывают уважение, толерантность и патриотизм.

Актуальность программы: содержание курса отвечает генеральным целям физкультурного образования — ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира. В процессе освоения

курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

- программа разработана непосредственно для учащихся 4 классов;
- основу программы составляют ритмические упражнения и подвижные игры, представленные согласно их классификации;
- реализация программы способствует созданию зоны комфорта и повышению эмоционального фона;
- программа дает возможность работы с учащимися, имеющими разный уровень физической подготовленности;
- проведение занятий по данной программе позволяет подбирать нагрузку и чередовать ее в оздоровительных целях;
- содержит блок теоретических знаний;
- программа предполагает приобретение учащимися опыта индивидуальной и коллективной работы;

Цель курса ; Физическое развитие обучающихся, укрепление здоровья и формирование ценностного отношения к культуре и традициям народов России через народные подвижные игры.

Задачи курса направлены на:

Образовательные:

- познакомить обучающихся с подвижными играми народов России;
- обучить правилам и технике выполнения народных игр;
- формировать умения выполнять основные движения: бег, прыжки, метание, лазание, увертывание, удержание равновесия;
- расширять представления о традициях, быте и культуре народов России.

Развивающие:

- развивать быстроту, ловкость, координацию движений, выносливость, силу, гибкость;
- развивать внимание, память, наблюдательность, пространственную ориентацию;
- развивать умение действовать в коллективе, подчиняться правилам игры;
- развивать коммуникативные навыки и умение договариваться.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к народной культуре;
- воспитывать уважение к традициям разных народов России;
- формировать товарищеское отношение, взаимовыручку, честность в игре;
- воспитывать дисциплинированность, настойчивость, волю к победе;
- формировать потребность в здоровом образе жизни.

Место курса в плане внеурочной деятельности МКОУ Тогучинского района «Борцовская средняя школа»: учебный курс предназначен для обучающихся 4 класса и рассчитан на 1 час в неделю-34 часа в год.

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности «Игры народов России» составлена с учётом Программы воспитания. Внеурочная деятельность является составной частью образовательного процесса и одной из форм организации свободного времени обучающихся.

Реализация воспитательного потенциала внеурочной деятельности в целях обеспечения индивидуальных потребностей обучающихся осуществляется в рамках выбора обучающимися для изучения курса внеурочной деятельности «Игры народов России».

При реализации курса внеурочной деятельности «Игры народов России» обучение и развитие личности направлено на достижение целевых ориентиров **на уровне начального общего образования.**

Целевые ориентиры определены на основе российских базовых (гражданских, конституциональных) ценностей.

1. Гражданско-патриотическое воспитание:

- знающий и любящий свою малую родину, свой край, имеющий представление о Родине – России, ее территории, расположении;
- осознающий принадлежность к своему народу и к общности граждан России, проявляющий уважение к своему и другим народам;
- понимающий свою сопричастность к прошлому, настоящему и будущему родного края, своей Родины – России, Российского государства;
- понимающий значение гражданских символов (государственная символика России, своего региона), праздников, мест почитания героев и защитников Отечества, проявляющий к ним уважение;
- имеющий первоначальные представления о правах и ответственности человека в обществе, гражданских правах и обязанностях;

- принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в доступной по возрасту социально значимой деятельности.

2. Духовно-нравственное воспитание:

- уважающий духовно-нравственную культуру своей семьи, своего народа, семейные ценности с учетом национальной, религиозной принадлежности;
- осознающий ценность каждой человеческой жизни, признающий индивидуальность и достоинство каждого человека;
- доброжелательный, проявляющий сопереживание, готовность оказывать помощь, выражающий неприятие поведения, причиняющего физический и моральный вред другим людям, уважающий старших;
- умеющий оценивать поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, осознающий ответственность за свои поступки;
- владеющий представлениями о многообразии языкового и культурного пространства России, имеющий первоначальные навыки общения с людьми разных народов, вероисповеданий;
- осознающий нравственную и эстетическую ценность литературы, родного языка, русского языка, проявляющий интерес к чтению.

3. Эстетическое воспитание:

- способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, искусстве, творчестве людей;
- проявляющий интерес и уважение к отечественной и мировой художественной культуре;
- проявляющий стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности, искусстве.

4. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- бережно относящийся к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде;
- владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе;
- ориентированный на физическое развитие с учетом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом;
- осознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учетом возраста.

5. Трудовое воспитание:

- осознающий ценность труда в жизни человека, семьи, общества;
- проявляющий уважение к труду, людям труда, бережное отношение к результатам труда, ответственное потребление;

- проявляющий интерес к разным профессиям;
- участвующий в различных видах доступного по возрасту труда, трудовой деятельности.

6. Экологическое воспитание:

- понимающий ценность природы, зависимость жизни людей от природы, влияние людей на природу, окружающую среду;
- проявляющий любовь и бережное отношение к природе, неприятие действий, приносящих вред природе, особенно живым существам;
- выражающий готовность в своей деятельности придерживаться экологических норм.

7. Ценность научного познания:

- выражающий познавательные интересы, активность, любознательность и самостоятельность в познании, интерес и уважение к научным знаниям, науке;
- обладающий первоначальными представлениями о природных и социальных объектах, многообразии объектов и явлений природы, связи живой и неживой природы, о науке, научном знании;
- имеющий первоначальные навыки наблюдений, систематизации и осмысления опыта в естественно-научной и гуманитарной областях знания.

1.Содержание курса внеурочной деятельности.

Основной **формой** проведения внеурочной деятельности является – **групповая** (Игры народов России)

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания.

Виды деятельности и формы проведения занятий:

- Проведение бесед по охране здоровья
- Применение на занятиях игровых моментов
- Динамические паузы и прогулки в начальной школе
- Подвижные игры
- Соревнования
- Эстафеты

Содержание курса внеурочной деятельности «Игры народов России » 4 класс

Раздел 1. Вводное занятие. Народные игры — наследие народов России — 1 час

Беседа о народных играх. Знакомство с правилами поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности. Понятие «народная игра». Какие народы живут в России. Русские

народные игры как часть культуры страны. Выбор считалок, водящих. Разучивание организующих команд.

Раздел 2. Русские народные подвижные игры — 9 часов.

Раздел 3. Игры народов Поволжья и Урала — 7 часов

Татарские, башкирские, чувашские, марийские, удмуртские игры.

Раздел 4. Игры народов Севера и Сибири — 6 часов

Якутские, бурятские, эвенкийские, ненецкие игры.

Раздел 5. Игры народов Кавказа — 5 часов

Игры народов Дагестана, Чечни, Ингушетии, Осетии, Адыгеи, Кабардино-Балкарии и других народов Кавказа.

Раздел 6. Игры народов юга России и казачьи игры — 3 часа

Кубанские, донские, казачьи игры и забавы.

Раздел 7. Спортивные праздники и соревнования — 3 часа

- Спортивный праздник «Игры народов России».
- Игровая эстафета «Дружба народов».
- Итоговое занятие. Мини-турнир по любимым народным играм.

Развитие ловкости, быстроты и точности движений, выносливости. Развитие чувства коллективизма, ответственности за себя и команду, умения согласованно действовать в команде.

2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижений школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

Личностные результаты

Обучающийся научится:

- проявлять уважение к культуре и традициям народов России;
- понимать значение дружбы, взаимопомощи и честной игры;
- соблюдать правила поведения на занятиях физической культурой;
- проявлять дисциплинированность, ответственность, настойчивость;
- осознавать важность здорового образа жизни и регулярной физической активности;
- доброжелательно относиться к товарищам, уметь радоваться успехам других.

Метапредметные результаты

Регулятивные:

- понимать и принимать цель занятия;
- выполнять действия по правилам игры;
- контролировать свои движения и поступки;
- оценивать правильность выполнения действий;
- исправлять ошибки по замечанию учителя.

Познавательные:

- узнавать названия и правила народных игр;
- различать игры разных народов России;
- понимать значение физических упражнений и игр для здоровья;
- использовать полученные знания в игровой деятельности.

Коммуникативные:

- договариваться с партнёрами и распределять роли в игре;
- соблюдать правила общения и поведения в коллективе;
- помогать товарищам, поддерживать их;
- конструктивно разрешать игровые ситуации;
- рассказывать о правилах игры и своих впечатлениях.

Предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности

Обучающийся узнает:

- названия народных игр разных народов России;
- правила и особенности проведения игр;
- элементы национальных традиций, отражённые в играх;
- правила безопасного поведения во время подвижных игр.

Обучающийся научится:

- выполнять основные игровые действия в беге, прыжках, метании, ловле, увертывании;

- соблюдать правила народных игр;
- взаимодействовать в команде;
- использовать народные игры во время перемены, прогулки, спортивных праздников;
- выбирать водящего с помощью считалки или жребия;
- выполнять простейшие судейские действия в игре.

Тематическое планирование 4 класс.

№ п/п	Раздел/Тема	Количество часов	ЭОР/ЦОР
1.	РАЗДЕЛ 1. Вводное занятие. Народные игры — наследие народов России	1	https://pedportal.net/nachalnye-klassy/fizkultura/programma-vneurochnoy-deyatelnosti-laquo-chas-podvizhnyh-igr-raquo-1229488
2.	РАЗДЕЛ 2. Русские народные подвижные игры	9	https://pedportal.net/nachalnye-klassy/fizkultura/programma-vneurochnoy-deyatelnosti-laquo-chas-podvizhnyh-igr-raquo-1229488
3.	РАЗДЕЛ 3. Игры народов Поволжья и Урала	7	https://pedportal.net/nachalnye-klassy/fizkultura/programma-vneurochnoy-deyatelnosti-laquo-chas-podvizhnyh-igr-raquo-1229488
4	РАЗДЕЛ 4. Игры народов Севера и Сибири	6	https://pedportal.net/nachalnye-klassy/fizkultura/programma-vneurochnoy-deyatelnosti-laquo-chas-podvizhnyh-igr-raquo-1229488
5	РАЗДЕЛ 5. Игры народов Кавказа	5	https://pedportal.net/nachalnye-klassy/fizkultura/programma-vneurochnoy-deyatelnosti-laquo-chas-podvizhnyh-igr-raquo-1229488
6	РАЗДЕЛ 6. Игры народов юга России и казачьи игры	3	https://pedportal.net/nachalnye-klassy/fizkultura/programma-vneurochnoy-deyatelnosti-laquo-chas-podvizhnyh-igr-raquo-1229488
7	РАЗДЕЛ 7. Спортивные праздники и соревнования	3	https://pedportal.net/nachalnye-klassy/fizkultura/programma-vneurochnoy-deyatelnosti-laquo-chas-podvizhnyh-igr-raquo-1229488
	Всего	34	

5. Календарно- тематическое планирование

№п/п	Тема занятия	Количество часов	ЦОР/ЭОР	Дата проведения
РАЗДЕЛ 1.				
Вводное занятие. Народные игры — наследие народов России				
1	Вводное занятие. Народные игры России . Беседа о многонациональной России. Правила поведения. Инструктаж по ТБ. Считалки .Выбор водящего, хороводные элементы. Урок-беседа с игровыми элементами.	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
РАЗДЕЛ 2.				
Русские народные подвижные игры				
2	Русские игры: «Гуси-лебеди», «Ручеёк» ; Разучивание правил, бег, ловкость, взаимодействие .Подвижные игры .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
3	Русские игры: «Горелки», «Пустое место» ; Бег с ускорением, реакция на сигнал . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
4	Русские игры с мячом: «Котёл», «Салки с мячом». Метание, ловля, координация . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
5	Русская лапта: элементы игры .Упрощённые правила, удары по мячу, бег. .Обучение игре .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
6	Русские игры на ловкость: «Бой петухов», «Медведь и пчёлы». Равновесие, сила, увертывание . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
7	Русские игры: «Два Мороза», «Совушка». Внимание, бег, ориентация в пространстве	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	

	.Игровое занятие .			
8	Русские игры: «Золотые ворота», «Удочка» .Прыжки, ритм, коллективные действия . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
9	Русские игры: «Волк во рву», «Круговая лапта» .Прыжки, метание, командная игра .Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
10	Русские забавы: Эстафеты с элементами русских игр . «Бег в мешках», «Перенеси мяч», «Кто быстрее» .Соревновательное занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	

РАЗДЕЛ 3.

Игры народов Поволжья и Урала

11	Беседа о народах Поволжья и Урала. Игра «Юрта». Знакомство с культурой народов Поволжья .Беседа + игра .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
12	Татарские игры: «Липкие пеньки», «Серый волк» .Бег, увертывание, внимание . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
13	Башкирские игры: «Тимербай», «Хищник в море» . Координация, реакция, командные действия . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
14	Чувашские игры: «Ловишка с платком», «Кольцо» .Ловкость, меткость, внимание . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
15	Марийские и удмуртские игры . Знакомство с играми марийского и удмуртского народов «Слепой баран»,	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	

	«Водяной» . Игровое занятие .			
16	Игры народов Поволжья: повторение и закрепление . Повторение изученных игр, выбор водящих .Игры по выбору детей . Игровое занятие.	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
17	Эстафета «Дружба народов Поволжья» . Командные соревнования с элементами игр .Эстафеты с мячом, обручем, платком .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	

РАЗДЕЛ 4.

Игры народов Севера и Сибири

18	Беседа о народах Севера и Сибири. Игра «Олени и пастухи» . Знакомство с жизнью народов Севера . Беседа + игра .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
19	Якутские игры: «Перетягивание палки» . Сила, координация, волевые качества . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
20	Северные игры: «Метание тынзяна» (упрощённо) . Метание, точность, глазомер . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
21	Ненецкие и эвенкийские игры. Знакомство с играми оленеводов «Хэйро», «Иголка и нитка». Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
22	Бурятские игры: «Шапка-невидимка» .Внимательность, быстрота реакции. Игровое занятие.	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
23	Северные игры на прыжки и выносливость. Прыжки, бег, развитие выносливости . «Прыжки через нарты» (упрощённо), «Круговой бег с	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	

	палкой» .			
РАЗДЕЛ 5. Игры народов Кавказа				
24	Беседа о народах Кавказа. Игра «Хромая лиса» . Знакомство с культурой народов Кавказа . Беседа + игра .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
25	Игры народов Кавказа: «Ловишка на коне» . Бег, ловкость, командное взаимодействие . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
26	Игры народов Кавказа: «Борьба за мяч». Сила, ловкость, координация . Игровое занятие.	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
27	Игры народов Кавказа: «Перетяни за черту» . Развитие силы, устойчивости . Игровое занятие.	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
28	Кавказские игры: «Крепость», «Пятнашки с мячом» . Метание, командная тактика . Игровое занятие.	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
РАЗДЕЛ 6. Игры народов юга России и казачьи игры				
29	Беседа о казачьей культуре. Игра «Казачи-разбойники» (упрощённо) Знакомство с казачьими традициями . Беседа + игра.	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
30	Кубанские и казачьи игры. Подвижные игры с мячом, платком, бегом «Заря-заряница», «Платочек» . Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
31	Казачьи забавы: перетягивание каната . Развитие силы, командного духа. «Кто быстрее	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	

	возьмёт мяч» Соревновательное занятие .			
РАЗДЕЛ 7. Спортивные праздники и соревнования				
32	Спортивный праздник «Игры народов России» .Повторение любимых игр, командные соревнования . Игры по выбору обучающихся .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
33	Эстафета «Дружба народов». Комбинированные эстафеты. Эстафеты с элементами изученных игр.	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
34	Итоговое занятие. Турнир народных игр. Повторение изученного материала. Награждение . Любимые игры детей. Игровое занятие .	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
	Итого	34		

Формы контроля и оценки результатов

Основная форма контроля — наблюдение за деятельностью обучающихся на занятиях.

Оцениваются:

- знание правил народных игр;
- умение выполнять игровые действия;
- соблюдение правил поведения и безопасности;
- активность и дисциплинированность;
- умение работать в команде;
- проявление уважения к товарищам и традициям народов России.

Формы подведения итогов:

- игровые зачёты;
- участие в эстафетах и спортивных праздниках;

- итоговое занятие;
- наблюдение учителя.

Оценка может быть словесной: «молодец», «старался», «активно участвовал», «соблюдал правила», «помогал товарищам».

Список используемой литературы:

1. Гришина Г.Н «Любимые детские игры» серия «Вместе с детьми», Москва, ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.,-96 с., ISBN 5-89144-012-1;
2. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989 г.- 239 с., ISBN 5-09-002913-X
3. Ковалёва Е.А. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» серия «Азбука развития», Москва, ООО «ИД РИПОЛ классик», ISBN 978-5-7905-4426-2, ООО «. ДОМ. XXI век, 2007 г.,-189 с., ISBN 978-5-91213-003-8;
4. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2004 г.
5. Колесникова С.В. «Детская аэробика: Методика, базовые комплексы». Ростов н/д.: Феникс, 2005.-157.: ил.- (Школаразвития)
6. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение», 1989 г.
7. Рабочие программы по физической культуре. 1-11 классы (по программам В.И. Ляха) 2007.-126с-(Образовательный стандарт).
8. Степанова О.А «Игра и оздоровительная работа в школе», серия «Игровые технологии», Москва ООО «ТЦ Сфера» 2004 г., ISBN 5-89144-323-6,- 144 с.;
9. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми» Москва «Просвещение», 1983 г.
10. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2002 г.

