

**Приложение 14**  
к ООП НОО  
МОУ "Шатковская ОШ",  
утвержденной приказом  
от 10.06.2019 г. № 100

**Рабочая программа**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Игрусичи»**

*спортивно – оздоровительное направление*

Рабочая программа внеурочной деятельности «Игрусичи» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемыми результатами начального общего образования.

**Цель программы:** формирование российской идентичности, национального самосознания средствами народных игр через возрождение и развитие современной игровой культуры, духовное совершенствование физически здоровой личности.

**Задачи:**

1. приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;
2. обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
3. воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
4. гармоничное развитие функциональных систем организма ребенка, повышение его жизненного тонуса.

Данная рабочая программа внеурочной деятельности разработана по спортивно - оздоровительному направлению для учащихся 1 и 2 классов. Программа рассчитана на 33 часа в год (1 класс), и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям (1 раз в неделю) и на 34 часа в год (2 класс), и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям (1 раз в неделю). Продолжительность каждого занятия 45 минут.

### **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностные результаты:**

1. Развитие ловкости, гибкости, силы, моторики рук, воображения, функции зрения,
2. Тренировка реакции и координации движений,
3. Воспитание навыков общения, этических норм и законов физики.
4. Народные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания, так как знакомят с национальными игровыми традициями и культурой.
5. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
6. Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
7. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
8. Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные:**

1. Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
2. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
3. Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
4. Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
5. Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
6. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
7. Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
8. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
9. Оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
10. Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
11. Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Содержание курса внеурочной деятельности.**

Общие подвижные символические игры: «Бабки», «Борющаяся цепь», «Редька», «Без соли – соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».

Игры для формирования правильной осанки: «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».

Игры со скакалками: «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».

Игры с бегом. «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салки», «Городок-бегунок».

Игры с прыжками: «Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».

Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечка», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».

Игры с лазанием и перелезанием: «Распутай веревочку», «Защита укрепления», «Кошки-мышки», «Цепи кованы».

Игры для развития внимания: «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки».

Общеразвивающие игры: «Ворота», «Встречный бой», «Во поле береза», «Вытолкни за круг», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».

Игры с разными предметами: «Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».

Игры с камешками, шариками и палками: «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».

Хороводные игры: «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг-лужочек, «Заинька», «Ручеек».

Игры в помещении: «Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козел».

Игры в фанты: «Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби».

Игры-шутки: «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка».

Сюжетные игры: «Два Мороза», «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчелки и ласточки».

Загадки, шарады, каламбуры: «Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».

Праздник «Мы - русичи».

Игры к различным народным праздникам: «Проводы березы», «Бой крашенками», «Коробейники» и др.

### **Формы организации и виды деятельности.**

Занятия проводятся интегрированно. Индивидуальный подход должен быть одним из основных принципов организации занятия.

Занятия в классе, спортивном зале, на улице (спортивной площадке), стадионе.

Викторины.

Практикумы.

Игры.

Соревнования.

Спортивные турниры.

## Тематическое планирование 1 класс

№	Тема занятия	Кол. час
1	Вводное занятие «Игры, в которые играли наши предки»	1
2	Игры со скакалками	1
3	Игры со скакалками	1
4	Игры с бегом	1
5	Игры с бегом	1
6	Игры для формирования правильной осанки	1
7	Игры для формирования правильной осанки	1
8	Игры для формирования правильной осанки	1
9	Игры с прыжками	1
10	Игры с прыжками	1
11	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1
12	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1
13	Игры с лазанием и перелезанием	1
14	Игры с лазанием и перелезанием	1
15	Игры для развития внимания	1
16	Игры с лазанием и перелезанием	1
17	Общеразвивающие игры	1
18	Игры с разными предметами	1
19	Игры с разными предметами	1
20	Игры с камешками, шариками и палками	1
21	Игры с камешками, шариками и палками	1
22	Хороводные игры	1
23	Игры в помещении	1
24	Игры в фанты	1
25	Игры-шутки	1
26	Игры-шутки	1
27	Сюжетные игры	1
28	Сюжетные игры	1
29	Сюжетные игры	1
30	Загадки, шарады, каламбуры	1
31	Игры народов России	1
32	Игры народов России	1
33	Праздник «Мы - русичи»	1
	<b>Итого:</b>	<b>33</b>

## Тематическое планирование 2 класс

№	Тема занятия	Кол. час.
1	Вводное занятие «Игры, в которые играли наши предки»	1
2	Игры для формирования правильной осанки. «Бои на бревне», «Покажи дерево».	1
3	Игры для формирования правильной осанки. «Паучки и птицы», «По - турецки мы сидели».	1
4	Игры со скакалками. «Найди жгут», «Имена».	1
5	Игры со скакалками. «Часы», «Самый гибкий».	1
6	Игры с бегом. «Дорожки», «Городок - бегунок».	1
7	Игры с бегом. «Рыбаки и рыбки», «Соаушки».	1
8	Игры с прыжками. «Аисты», «Прыжок за прыжком».	1
9	Игры с прыжками. «Через кочки и пенёчки».	1
10	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. «Свечки», «Колодка»	1
11	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. «Зевака», «Летающий мяч».	1
12	Игры с лазанием и перелазанием. «Защита укрепления».	1
13	Игры с лазанием и перелазанием. «Альпинисты».	1
14	Игра для развития внимания. «Покажи руки», «Узнай по голосу».	1
15	Игра для развития внимания. «Корзинки», «Запрещённое движение».	1
16	Общеразвивающие игры. «Камешек».	1
17	Общеразвивающие игры. «Качи».	1
18	Игры с разными предметами. «Платочек», «Заяц и капуста».	1
19	Игры с разными предметами. «Волчок», «Свайка».	1
20	Игры с камешками, шариками и палками. «Окошки», «Коршун».	1
21	Игры с камешками, шариками и палками. «Котёл», «Шар и чашки».	1
22	Хороводные игры. «Кот и мыши», «Шарик».	1
23	Хороводные игры. «Хоровод дружбы».	1
24	Игры в помещении. «Свисток», «Бойцы и пленники».	1
25	Игры в помещении. «Дергачи», «Слепой козёл».	1
26	Игры в фанты. «Глухие и немые», «Цветник».	1
27	Игры в фанты. «Ответчик», «Тяни - пускай».	1
28	Игры – шутки. «Запевала».	1
29	Игры – шутки. «Концерт животных», «Молчанка»	1
30	Сюжетные игры. «Карлики и великаны».	1
31	Сюжетные игры. «Птицелов», «Хромая лиса».	1

32	Загадки, шарады, каламбуры. «Любишь – не любишь».	1
33	Игры народов России. «Камушки», «Чижик».	1
34	Праздник «Мы - русичи».	1
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>