

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
начальная общеобразовательная школа № 34

ПРИЛОЖЕНИЕ № 17
К ООП НОО
МБОУ НОШ № 34
(утверждено приказом
№ 63 от 02.05.2017)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«НАРОДНЫЕ ИГРЫ»

Нижний Тагил

Планируемые результаты

К концу 1 года обучения:

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
- договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр; - формирование представлений об этических идеалах и ценностях; - отбирать и выполнять комплексы упражнений в соответствии с изученными правилами.	- Соблюдать санитарно-гигиенические правила, режим дня; - Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения - демонстрировать уровень физической подготовленности	- Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; - Знать различные виды игр; - Выполнять правила игры.

К концу 2 года обучения:

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
- определять уровень развития физических качеств; - договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр, учитывая разные точки зрения; - проявлять инициативу в выборе и проведение подвижных игр.	- Управлять своими эмоциями; - Взаимодействовать с коллективом, находить компромисс, слушать и понимать других; - Раскрывать на примерах личного опыта положительного влияния подвижных игр на физическое, личностное, социальное развитие.	- Выполнять комплексы физических упражнений для формирования правильной осанки; - организовывать и проводить самостоятельные формы занятий; - Соблюдать режим дня и правила личной гигиены.

К концу 3 года обучения:

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;	вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической	Знать о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и

• проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных игровых ситуациях; • взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий подвижными играми;	подготовленностью; • Управлять своими эмоциями;	соревновательных; • Знать и использовать комплексы ритмической гимнастики; • Владеть различными формами игровой деятельности.
---	--	---

К концу 4 года обучения:

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
• Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; • Готовность к преодолению трудностей; • Целеустремленность и настойчивость в достижении целей, жизненного оптимизма; • Ориентация на понимание причин успеха во внеурочной деятельности.	• Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; • Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения • Оказание моральной поддержки сверстникам во время соревнований.	• выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации; • играть по упрощенным правилам спортивные игры; • самостоятельно организовывать и проводить спортивные соревнования; • планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга.

2. Содержание программы 1 год обучения (33 занятия)

Игры на взаимодействие между учащимися.

Цель: воспитание инициативности, смелости, самостоятельности действий, быстроты реакций и ориентировки в пространстве.

В играх на взаимодействие дети приучаются играть дружно, уступать и помогать друг другу. Чувство честности, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярко.

Игры на развитие двигательных качеств.

Цель: способствовать усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем через активные двигательные действия.

Подвижные игры закаляют организм, укрепляют нервную систему.

Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны: подражательные, образно-творческие, ритмические; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств.

2 – 4 года обучения (34 часа в год)

Игры с элементами спортивных игр:

1. Легкая атлетика.

Ученики приобретают основы умений бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

2. Ритмическая гимнастика.

Игры с элементами ритмической гимнастики способствуют формированию навыка правильной осанки у детей младшего школьного возраста. Музыкально–ритмическая деятельность направлена на воспитание эстетических, физических, нравственных и умственных качеств, развивается познавательный интерес, память, вырабатывается устойчивость произвольного внимания, совершенствуется творческая активность.

3. Подвижные игры.

Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений, развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий.

4. Лыжная подготовка.

Игры с элементами, корректирующие движения лыжника и быстроту реакции

3. Календарно-тематическое планирование.

Первый год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Т.Б. Игра «Гном, как тебя зовут?»	1
2	Игра «Водяной»	1
3	Игра «Мы веселые ребята»	1
4	Игра «Гуси- лебеди	1
5	Соревнование скороходов	1
6	Игра «Волк во рву»	1
7	Игра «К своим флажкам»	1
8	Игры по выбору учащихся	1
9	Эстафета с мячами	1
10	Игра «Птицы и клетка»	1
11	Игра «Угадай, кто?»	1
12	Эстафета зверей	1
13	Игры по выбору учащихся	1
14	Игра «Стой!»	1
15	Игра «Веселые музыканты»	1
16	Игра «Совушка»	1
17	Игры по выбору учащихся	1
18	Эстафета со скакалками	1
19	Игра «Паровозик»	1
20	Игры по выбору учащихся	1
21	Игра «Вышибалы»	1

22	Игра «Воробьи и вороны»	1
23	Игра «Салки»	1
24-25	Повторение изученных игр	2
26	Эстафета «Кенгуру»	1
27	Игра «Симон говорит»	1
28-29	Игры «Донеси мешочек», «Ловкий шофёр», «Переправа».	2
30	Игра «Мишки и шишки»»	1
31	Игра «Медведь»	1
32-33	Игры по выбору учащихся	2

Второй год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Т.Б на занятиях. Игры с элементами легкой атлетики	1
2	Игра «Чай-чай выручай»	1
3	Игра «День и ночь»	1
4	Игра «Вызовы»	1
5	Игра «Гонка мячей по кругу»	1
6	Прыжки в длину	1
7	Игра «Караси и щука»	1
8	Игра «Кто выше?»	1
9	Игра с обучением прыжкам в высоту «Достань мячик»	1
10	Ритмическая гимнастика. Игра «Весёлые ладошки»	1
11	Игра «Веселый зоопарк»	1
12	Игра «Красивая 1 спина»	1
13	Игра «Дружные ребята»	1
14	Игра «Веселый сапожок»	1
15	"Непоседы"	1
16	Игра «Ритмическая мозаика»	1
17	Т.Б.Лыжная подготовка.	1
18	Игра «Царь горы»	1
19-20	Игры по выбору учащихся	2
21	Игра «Попади в цель»	1
22-24	Игры по выбору учащихся	3
25	Эстафета «Снежный город»	1
26	Лыжная эстафета	1
27-29	Т.Б.Подвижные игры. Эстафеты с мячами	3
30	Игра «Класс, смирно!»	1
31	Броски мяча в корзину	1
32	Игра «Боулинг»	1
33	Игра «Картошка»	1
34	Соревнование по прыжкам через скакалку	1

Третий год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1-3	Т.Б. на занятиях. Игры с элементами легкой атлетики. «Игра Метатели»	3

3	Игра «Пустое место»	1
4	Игра «У ребят порядок строгий»	1
5	Игра «К своим флажкам»	1
6	Игра «Прыгающие воробушки»	1
7	Веселые старты «Лабиринт»	1
8	«Прыжки по полосам»	1
9	«Играй, играй, мяч не теряй»	1
10-11	Прыжки в длину и высоту с прямого разбега	2
12	Ритмическая гимнастика. Упражнения на согласованность движений с музыкой	1
13	Упражнения на согласованность движений с музыкой	1
14	Игра «Зайцы в огороде»	1
15-16	Разучивание комплекса ритмических упражнений «Осенний лес»	2
17	Ритмические упражнения с обручами	1
18	Игра «Верёвочка под ногами»	1
19	«Гимнасты»	1
20	Т.Б. на занятиях. Лыжная подготовка. Свободный ход.	1
21	Поворот переступанием	1
22	Игра «Защита укрепления»	1
23	Игра «Перевозка груза»	1
24-25	Игры на развитие скорости	2
26	Игра – соревнование. «Не уступлю горку!»	1
27	Подвижные игры. Игры на внимание и быстроту «Поезд»	1
28	Игры с прыжками и бегом «Белые медведи», «Космонавты»	1
29	«Веселые старты»	1
30-33	«Пионербол»	4
34	Подвижная игра «Перестрелка»	1

Четвёртый год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1- 3	Т.Б. на занятиях. Встречная эстафета. Игры «Волк и ягненок»	3
4-5	Эстафета со скакалкой. Смена номеров	2
6	Погоня по кругу «Перебежки»	1
7	Игровые упражнения с малыми мячами. «Рыбная ловля»	1
8- 9	Ритмическая гимнастика. Элементы основной гимнастики (общеразвивающие, строевые упражнения)	2
10	Игра на развитие гибкости тела «Гимнасты»	1
11	Упражнения с элементами хореографии и танца. Игры с лентами «Осенний лес»	1
12- 13	Игры «Прыгающие воробушки», «Прыжки по полосам»	2
14	Упражнения с предметами: лентой, обручем, мячом	1
15	Соревнование «Лабиринт»	1
16-17	Т.б. на занятиях лыжной подготовки. Лепка из снега. Эстафета 4х50 м. без лыжных палок	2
18	Подбирание предметов во время спуска в низкой стойке. Игра «Кто дальше уедет»	1

19	Игра «Заяц без логова»	1
20	Передвижение на лыжах различными способами в режиме умеренной интенсивности	1
21	Подвижные игры с элементами спортивных игр. Игра "Снайперы"	1
22	"Перетягивание через черту"	1
23-24	Эстафета с лазаньем и перелезанием	2
25-27	Бег с мячом. Бег по линиям. Игра «День и ночь».	3
28-30	Кто точнее?	3
31-34	«Пионербол»	3