

МАОУ «Школа №156 им. Б.И. Рябцева»

Приложение к ООП НОО,
утвержденной приказом
директора МАОУ
«Школа №156 им. Б.И. Рябцева»
от 31.08.2023 № 354/2

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Игрusичи»
для обучающихся 1-4 классов

Актуальность назначения программы

Снижение двигательной активности обучающихся одна из основных проблем, связанных с формированием физических качеств. Введение курса внеурочной деятельности «Игрусичи» для учеников 1-4 классов не только повысит уровень двигательной активности учеников, но и позволит в игровой форме изучить культуру наших предков, ведь темами занятий будут выступать традиционные народные забавы, позволяющие лучше узнать культуру и историю родного государства.

Программа рассчитана на 4 года обучения, с учётом проведения занятий 1 раз в неделю.

Темы, рассматриваемые обучающимися в рамках курса, построены с учётом возрастных особенностей. Темы имеют преемственность (материал каждой параллели дополняет предыдущую, обучение в 5-9 классах предполагает продолжение изучения курса в рамках «Русских народных игр»).

Содержание учебного курса внеурочной деятельности «Игрусичи»

1. Общие подвижные символические игры: «Бабки», «Борющаяся цепь», «Редька», «Без соли — соль!», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».
2. Игры для формирования правильной осанки: «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».
3. Игры со скакалками: «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».
4. Игры с бегом: «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салки», «Городок-бегунок».
5. Игры с прыжками: «Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».
6. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».
7. Игры с лазанием и перелезанием: «Распутай веревочку», «Защита укрепления», «Кошки-мышки», «Цепи кованы».
8. Игры для развития внимания: «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки».
9. Общеразвивающие игры: «Ворота», «Встречный бой», «Во поле береза», «Вытолкни за круг», «Казаки иразбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».
10. Игры с разными предметами: «Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».
11. Игры с камешками, шариками и палками: «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».
12. Хороводные игры: «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг-лужочек», «Зайка», «Ручеек».
13. Игры в помещении: «Дедушка — рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все вокруг», «Слепой козел».
14. Игры в фанты: «Работа и забава», «Птичник», «Тяни — пускай», «Голуби».
15. Игры-шутки: «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка».
16. Сюжетные игры: «Два Мороза», «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчелки и ласточки».
17. Загадки, шарady, каламбуры: «Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царек», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».
18. Праздник «Мы — русичи»: Игры к различным народным праздникам: «Проводы березы», «Бой крашенками», «Коробейники» и др.

Рабочая программа учебного курса сформирована с учетом рабочей программы воспитания. При реализации рабочей программы учебного курса «Игрусичи» находят отражение целевые ориентиры воспитания, такие как создание благоприятных условий для развития национального самосознания и формирование российской идентичности средствами народных игр через возрождение традиционной и развитие современной игровой культуры, духовносовершенствование физически здоровой личности.

Планируемые результаты освоения программы

Программа призвана обеспечить достижение обучающимися:

личностных результатов:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

метапредметных результатов, которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться:

познавательные УУД:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

регулятивные УУД:

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

коммуникативные УУД:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

предметных результатов:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

**Тематическое планирование
1 класс**

№	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения занятия
1	Вводное занятие «Игры, в которые играли наши предки». Правила безопасности во время занятий.	1	Эвристическая беседа
2	Игры для формирования правильной осанки.	1	Урок-практикум
3	Игры со скакалками.	1	Урок-практикум
4	Игры с бегом.	1	Урок-практикум
5	Игры с прыжками.	1	Урок-практикум
6	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.	1	Урок-практикум
7	Игры с лазанием и перелезанием.	1	Урок-практикум
8	Игры для развития внимания.	1	Урок-практикум
9	Общеразвивающие игры.	1	Урок-практикум
10	Игры с разными предметами.	1	Урок-практикум
11	Игры с камешками, шариками и палками.	1	Урок-практикум
12-13	Хороводные игры.	2	Урок-практикум
14-15	Игры в помещении.	2	Урок-практикум
16	Игры народные «Заводила».	1	Урок-практикум
17-18	Русские народные игры: «Пчёлки и ласточка», «Блуждающий мяч».	2	Урок-практикум
19-20	Подвижные игры «Чёрное и белое», «Липкие пеньки».	2	Урок-практикум
21-22	Игра «Троллейбус», «Паутинка».	2	Урок-практикум
23	Игры-взбодрячки: «Австралийский дождь», «Идёт бычок, качается».	1	Урок-практикум
24-25	Игры в фанты.	2	Урок-практикум
26-27	Игры-шутки.	2	Урок-практикум
28-29	Сюжетные игры.	2	Урок-практикум
30	Игры на знакомство.	1	Урок-практикум

31	Загадки, шарады, каламбуры.	1	Урок-практикум
32	Игры народов России.	1	Урок-практикум
33	Промежуточная аттестация. Праздник «Мы – русичи».	1	Урок-контроль

2 класс

№	Тема занятия	Количество во часов	Форма проведения
1	Вводное занятие «Игры, в которые играли наши предки». Правила безопасности во время занятий.	1	Эвристическая беседа
2	Игры для формирования правильной осанки.	1	Урок-практикум
3	Игры со скакалками «Бег со скакалкой».	1	Урок-практикум
4	Игры с бегом «Поезд», «Бег спиной».	1	Урок-практикум
5	Игры с прыжками: «Светофор», «Прохождение болота».	1	Урок-практикум
6	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Попади в цель», «Вышибалы», «Блуждающий мяч».	1	Урок-практикум
7	Игры с лазанием и перелезанием «Тоннель», «Полоса препятствий».	1	Урок-практикум
8	Игры для развития внимания «Я иду в поход», «Крокодил».	1	Урок-практикум
9	Общеразвивающие игры: «Испорченный телефон», «Иголка и нитка».	1	Урок-практикум
10	Игры с разными предметами «Спасательный круг», «Эстафета».	1	Урок-практикум
11-12	Игры с камешками, шариками и палками: «Городки», «Эстафета».	2	Урок-практикум
13-14	Хороводные игры «У медведя во бору», «Краски».	2	Урок-практикум
15-16	Игры в помещении: «Сиамские близнецы», «Подарки».	2	Урок-практикум
17-18	Русские народные игры: «Пчёлки и ласточка», «Блуждающий мяч».	2	Урок-практикум
19-20	Подвижные игры «Чёрное и белое», «Липкие пеньки».	2	Урок-практикум
21-22	Игра «Троллейбус», «Паутинка».	2	Урок-практикум
23-24	Игры-взбодрячки: «Австралийский дождь», «Идёт бычок, качается».	2	Урок-практикум
25-26	Игры с камешками, шариками и палками: «Городки», «Эстафета».	2	Урок-практикум

27-28	Игры в фанты.	2	Урок-практикум
29-30	Игры-шутки «Луноход», «Динозавр».	2	Урок-практикум
31	Сюжетные игры «Кот и мыши», «Подмигиши».	1	Урок-практикум
32	Игры народов России.	1	Урок-практикум
33	Промежуточная аттестация. Праздник «Мы – русичи».	1	Урок-контроль

3 класс

№	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения
1	Правила безопасности вовремя занятий. Игры: «Класс, смирно!», «Совушка», Салки», «Через кочки и пенечки».	1	Урок-практикум
2	Требования к одежде при занятиях физ. упражнениями. Игры «Быстро по местам», «Запрещенное движение», «К своим флажкам».	1	Урок-практикум
3	Русская народная игра: «Филин и пташка».	1	Урок-практикум
4	Русская народная игра «Горелки».	1	Урок-практикум
5	Русская народная игра «Кот и мышь».	1	Урок-практикум
6	Русская народная игра «Блуждающий мяч».	1	Урок-практикум
7	Русская народная игра «Зарница»	1	Урок-практикум
8-9	Игры на развитие восприятия.	2	Урок-практикум
10-11	Упражнения и игры на внимание.	2	Урок-практикум
12-13	Игры на развитие воображения.	2	Урок-практикум
14-15	Игры на развитие мышления и речи.	2	Урок-практикум
16	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	1	Урок-практикум
17	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	1	Урок-практикум
18	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз».	1	Урок-практикум
19	Игра с мячом «Охотники и утки».	1	Урок-практикум
20	Весёлые старты с мячом.	1	Урок-

			практикум
21	Игра «Волк во рву».	1	Урок-практикум
22	Весёлые старты со скакалкой.	1	Урок-практикум
23	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки».	1	Урок-практикум
24	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метков цель».	1	Урок-практикум
25	Игра «Белки, волки, лисы».	1	Урок-практикум
26	Игра «Совушка».	1	Урок-практикум
27	Игра «Удочка».	1	Урок-практикум
28	Игра «Перемена мест».	1	Урок-практикум
29	Игра «Салки с мячом».	1	Урок-практикум
30	Игра «Прыгай через ров».	1	Урок-практикум
31	Спортивные игры. Футбол.	1	Урок-практикум
32	Спортивные игры. Баскетбол.	1	Урок-практикум
33	Промежуточная аттестация. Спортивный праздник.	1	Урок-контроль

4 класс

№	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения занятия
1	Правила безопасности во время занятий. Народные игры.	1	Урок-практикум
2	Русские народные игры. «Горелки», «Ловушка».	1	Урок-практикум
3	Русские народные игры. «Пятнашки», «Прятки».	1	Урок-практикум
4	Русские народные игры. «Гуси», «Охотник и сторож».	1	Урок-практикум
5	Групповые игры. «Чай-чай-выручай», «Карусель».	1	Урок-практикум
6	Групповые игры. «Совушка», «Штандр».	1	Урок-практикум
7	Беседа «Двигательная активность и гиподинамия».	1	Урок-практикум
8	Эстафета с мячами. «Перенеси мяч».	1	Урок-практикум
9	Эстафета с мячами. «Кенгуру».	1	Урок-практикум

10	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч».	1	Урок-практикум
11	Игра с малым мячом. «Под небеса». Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».	1	Урок-практикум
12	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	1	Урок-практикум
13	Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».	1	Урок-практикум
14	Игры белорусского народа. « Михасик», «Прела-горела».	1	Урок-практикум
15	Игры татарского народа. «Серый волк», «Скок-перескок».	1	Урок-практикум
16	Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».	1	Урок-практикум
17	Игры украинского народа. «Высокий дуб» «Колдун».	1	Урок-практикум
18	Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек».	1	Урок-практикум
19	Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки». Игры калмыцкого народа. «Альчики», «Забрасывание белого мяча».	1	Урок-практикум
20	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	1	Урок-практикум
21	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».	1	Урок-практикум
22	Игра зимой на воздухе. «Городки». Игра зимой на воздухе. «Снежный боулинг».	1	Урок-практикум
23	«Гонки снежных комов». Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	1	Урок-практикум
24	«Зимняя импровизация» - лепка скульптур из снега. Игра – эстафета «Взятие снежного городка».	1	Урок-практикум
25	Подвижные игры, основанные на элементах легкой атлетики: «Не отступись», «Пятнашки», «Волк во рву».	1	Урок-практикум
26	Подвижные игры, основанные на элементах лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота».	1	Урок-практикум
27-28	Подвижные игры, основанные на элементах спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».	2	Урок-практикум
29	Тематическая прогулка «Весенние изменения в природе».	1	Урок-практикум
30-31	Туристическая эстафета «Экологическая тропа».	2	Урок-практикум
32	Игры на формирование коллектива.	1	Урок-практикум
33	Промежуточная аттестация: турнир народных игр	1	Урок-контроль