

Утверждена  
приказом МОУ «Лесогорская СШ»  
от 21.08.2019 № 185

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЛЕСОГОРСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»**

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

*Спортивно-оздоровительное направление*

*Возраст учащихся 6-10 лет*

*Срок реализации - 1 год*

**Автор:**

Учитель физической культуры

С.И.Мосалев

2019 г.

## Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Игрусичи» разработана в соответствии

- с приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»
- письмом Минобрнауки России от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- с постановлением Главного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- с Положением об организации внеурочной деятельности учащихся МОУ Лесогорская СОШ, утвержденным приказом МОУ Лесогорская СОШ от 08.05.2014 № 113 и направленным на освоение ООП НОО.

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

Рабочая программа внеурочной деятельности «Игрусичи» относится к спортивно-оздоровительному направлению.

В программу включены подвижные игры, разнообразные по своему содержанию, тематике и организации, которые можно проводить как в теплое, так и в холодное время года.

**Целью** данной программы является создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

**Задачи** программы:

1. укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
2. обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
3. воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

Данная программа внеурочной деятельности рассчитана для учащихся 1 -4 классов на 34 часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям (1 час в неделю) и проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками. Продолжительность каждого занятия 45 минут.

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### ***Личностные результаты освоения учащимися содержания программы внеурочной деятельности:***

- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### ***Метапредметные результаты освоения образовательной программы внеурочной деятельности:***

- давать оценку действиям и поступкам
- 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;
- технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

## **Содержание курса внеурочной деятельности**

### **с указанием форм организации и видов деятельности**

#### **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», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».*

#### **Игры с лазанием и перелезанием**

*«Распутай веревочку», «Защита укрепления», «Кошки-мышки», «Цепи кованы».*

#### **Игры на развитие 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», «Лепта», «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», «Зайка», «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», «Барабанищик», «Черепашка».*

#### **Сюжетные игры**

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

#### **Праздник «Мы — русичи»**

Формы проведения занятий внеурочной деятельности подбираются с учетом цели и задач, познавательных интересов и индивидуальных возможностей учащихся, специфики содержания данной образовательной программы и возраста:

- подвижные игры,
- прогулки,
- беседы,
- спортивные соревнования.

### Тематическое планирование

№п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Инструктаж по ТБ. Игры, в которые играли наши предки	1
2	Игры для формирования правильной осанки	1
3	Игры для формирования правильной осанки.	1
4	Игры со скакалками.	1
5	Игры со скакалками.	1
6	Игры с бегом.	1
7	Игры с бегом.	1
8	Игры с прыжками.	1
9	Игры с прыжками.	1
10	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.	1
11	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.	1
12	Игры с лазанием и перелезанием.	1
13	Игры с лазанием и перелезанием.	1
14	Игры для развития внимания.	1
15	Игры для развития внимания.	1
16	Общеразвивающие игры.	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 помещении.	1
25	Игры в фанты.	1
26	Игры-шутки.	1
27	Игры-шутки.	1
28	Сюжетные игры.	1
29	Сюжетные игры.	1
30	Игры народов России	1
31	Игры народов России	1
32-34	Праздник «Мы — русичи».	2
	Итого	33