

Приложение к Основной образовательной программе  
начального общего образования  
Утв. Пр. №158, от 27.08.2020г.

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа «Янинский центр образования»

Рабочая программа курса  
внеурочной деятельности  
«Спортивный калейдоскоп»  
1-4 класс

**РП разработана учителями начальных классов**

2020-2021 учебный год

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### Личностные и метопредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

#### **В сфере познавательных универсальных учебных действий будут являться умения:**

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», характеризовать значение занятий по оздоровлению;
- раскрывать понятия: синхронно, выверотно, музыкально, ритмично;
- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни.

#### **В сфере личностных универсальных учебных действий будет формироваться:**

- установка на здоровый образ жизни;
- основы своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как представителя народа в процессе знакомства с русскими народными играми;
- ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;
- знание основных моральных норм на занятиях и ориентации на их выполнение;

#### **В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут являться умения:**

- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми с музыкальным сопровождением в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;
- организовывать и проводить игры на переменах, утреннюю зарядку с музыкальным сопровождением;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

учащийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве ;
- договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам;

- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;
- задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

- Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Основы знаний о народной подвижной игре.*

- Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.
- Разбор и проигрывание игр наших родителей. Понятие правил игры.

*Выработка правил.*

- Пятнашки.
- Фанты.
- Горелки.
- Лапта.
- Блуждающий мяч.

*Игры на свежем воздухе.*

- Русские народные игры. «Ловушка».
- Групповые игры. «Охотник и сторож».
- Групповые игры. «Карусель», «Совушка».

*Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!*

- Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек.

Оборудование: скакалки, спортивные обручи, мячи, кегли.

*Игры-эстафеты.*

- Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».
- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
- Эстафеты с бегом и прыжками.
- Эстафеты с преодолением препятствий.

*Подвижные игры разных народов.*

- Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».
- Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».
- Игры белорусского народа. « Михасик», «Прела-горела».
- Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок»
- Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».
- Игры украинского народа. « Высокий дуб» «Колдун».

- Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч» , «Отдай платочек».
- Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки».
- Игры калмыцкого народа. «Альчики», «Забрасывание белого мяча»
- Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.*
- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
- Упражнения со скакалками.
- Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (“змейкой”, “по кругу”, “спиной вперед”), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий старт с последующим стартовым ускорением.
- Упражнения со скалками.
- Подвижные игры, основанные на элементах:*
- гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка»;
- легкой атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву»;
- лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»;
- спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».
- Зимние забавы*
- Зимой на воздухе. «Городки».
- Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов».
- Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».
- Эстафета на санках.
- Лыжные гонки.
- Техника безопасности.*

### **1 класса**

№	Тема занятия	Основные виды и формы деятельности
1	Русские народные игры.	Знать правила поведения при играх, Самостоятельно играть в разученные игры. Через народные игры познавать традиции, обычаи, особенности жизни своего народа, приобщается к его культуре.
2	Игры на развитие психических процессов.	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Развитие восприятия, памяти, мышления, внимания. Коррекция эмоциональной сферы учащихся.
3	Подвижные игры.	Разучивать правила поведения при играх, разучивать правила игры. Умение сотрудничать в коллективе сверстников в процессе проведения

		подвижных игр. Учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению.
4	Спортивные игры.	Разучивать и знать правила поведения во время игры. Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками.
	<b>Всего</b>	<b>33ч.</b>

## 2 класс

№ п/п	Тема занятия	Основные виды учебной деятельности
1.	Вводное занятие	Основы знаний о народной подвижной игре .Понимание роли и значения занятий изическими упражнениями и играми для укрепления здоровья; высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.Оздоровительная минутка. Разыгрывание ситуации на тему «Здоровье».
2.	Игры на свежем воздухе	Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.
3.	Подвижные игры разных народов	Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками. Учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению.
4.	Эстафеты	Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом и прыжками, с преодолением препятствий, самостоятельно играть в разученные игры. Развитие скоростно-силовых способностей.
5.	Резервные часы	Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.
	<b>Всего:</b>	<b>34ч.</b>

## 3 класс

№ п/п	Тема занятия	Основные виды учебной деятельности
1.	Вводное занятие	Основы знаний о народной подвижной игре .Понимание роли и значения занятий изическими упражнениями и играми для укрепления здоровья; высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.Оздоровительная минутка. Разыгрывание ситуации на тему «Здоровье».
2.	Игры на свежем воздухе	Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.
3.	Подвижные игры разных народов	Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками.

		Учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению.
4.	Эстафеты	Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом и прыжками, с преодолением препятствий, самостоятельно играть в разученные игры. Развитие скоростно-силовых способностей.
5.	Резервные часы	Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.
	<b>Всего:</b>	<b>34ч.</b>

#### 4 класс

№ п/п	Тема занятия	Основные виды учебной деятельности
1.	Вводное занятие	Понимание роли и значения занятий изическими упражнениями и играми для укрепления здоровья; высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.
2.	Техника безопасности	Знать технику безопасности при занятиях подвижными играми на свежем воздухе..
3.	Беседы	Здоровьесберегающие беседы. «Как сохранить здоровье, где можно и где нельзя играть». Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий
4.	Подвижные игры	Научиться планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Самостоятельно оценивать правильность выполнения действий. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки учащегося.
5.	Эстафеты	Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей. Знать правила поведения во время игры, самостоятельно играть в различные игры. Умение выполнять
6.	Резервные часы.	Общеобразовательные упражнения.
	<b>Всего:</b>	<b>34 ч.</b>

#### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, 1 класса

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1.	Русские народные игры.	6
2.	Игры на развитие психических процессов.	6
3.	Подвижные игры.	13
4.	Спортивные игры.	8
	<b>Всего:</b>	<b>33</b>

**2 класс**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1.	Вводное занятие	2
2.	Игры на свежем воздухе	6
3.	Подвижные игры разных народов	22
4.	Эстафеты	2
5.	Резервные часы	2
	<b>Всего:</b>	<b>34</b>

**3 класс**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1.	Вводное занятие	2
2.	Игры на свежем воздухе	6
3.	Подвижные игры разных народов	22
4.	Эстафеты	2
5.	Резервные часы	2
	<b>Всего:</b>	<b>34</b>

**4 класс**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1.	Вводное занятие	1
2.	Техника безопасности	2
3.	Беседы	2
4.	Подвижные игры	17
5.	Эстафеты	9
6.	Резервные часы.	3
	<b>Всего:</b>	<b>34</b>