

Приложение № \_\_15\_\_  
к основной образовательной программе  
начального общего образования  
утвержденной приказом № 180/п от 31.08.2015г.

Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«ИгРусичи»

## **1. Планируемые результаты**

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности «ИгРусичи»:**

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- 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.

**Метапредметные результаты** включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться.

Освоения учащимися содержания программы внеурочных занятий являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- 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;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Предметные результаты отражают:**

- 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.

## 2. Содержание курса внеурочной деятельности «ИгРусичи»

### Вводное занятие

«Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг-лужочек», «Зайка», «Ручеек».

### Игры для формирования правильной осанки.

«Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».

«Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки».

### Игры для развития внимания.

«Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки»

### Общеразвивающие игры.

«Ворота», «Встречный бой», «Во поле береза», «Вытолкни за круг», «Казачьи и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».

### Игры в помещении.

«Дедушка — рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козел».

### Игры с разными предметами.

«Работа и забава», «Птичник», «Тяни — пускай», «Голуби».

## 3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «ИгРусичи».

		Количество часов
1	Вводное занятие «Игры, в которые играли наши предки»	1
2	Игры для формирования правильной осанки	1
3	Игры для развития внимания	1
4	Общеразвивающие игры	1
5	Игры с разными предметами	1
6	Игры в помещении	1
Итого:		6

Приведенное распределение часов на разделы условно, так как в большинстве занятий предусмотрено разнообразное содержание как теоретического, так и практического плана: упражнения, комплексы упражнений, игры различных разделов в одном занятии.

### Планируемые результаты изучения

Дети должны **знать**:

- историю возникновения русских народных игр;
- правила проведения игр, эстафет и праздников;
- основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- основы правильного питания;
- правила поведения во время игры.

Должны **уметь**:

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявлять смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

Теоретический материал программы лучше делить на темы, сообщать знания организовывать в форме бесед (групповых или индивидуальных) до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности.

Практические упражнения объединяются в комплексы, которые периодически изменяются, обновляются; широко применяются упражнения с использованием различных предметов или снарядов.

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