

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ «ШКОЛА № 37»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ВЕСЕЛАЯ ПРОГУЛКА»  
1 класс

НАЧАЛЬНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

**Программа составлена  
коллективом учителей начальной школы:**  
Карповой Е.А., Шадринной Е.С.,  
Мухановой И.А.,  
Емельяновой Т.В., Бодрягиной Л.Л.,  
Воробьёвой О.В., Мельниковой И.И.

Принята на педагогическом совете  
30 августа 2017 года  
(протокол №1 от 30.08.17)

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Веселая прогулка» разработана на основе нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014 г., с изм. от 02.05.2015 г.) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 31.03.2015 г.);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 06.10.2009 г. № 373;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.09.2011 г. № 2357 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 г. № 373»;
- Примерная основная образовательная программа начального общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15);
- Основная образовательная программа начального общего образования ГБОУ Школы № 37.

Программа «Веселая прогулка» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности в 1 классе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования.

Данная программа разработана на основе комплексной программы физического воспитания (авторы - В. И. Лях, А. А. Зданевич). Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей).

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой, соперником).

#### **Цели программы:**

✓ создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

✓ приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

#### **Задачи, решаемые в рамках данной программы:**

✓ обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;

✓ познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

- ✓ профилактика вредных привычек;
- ✓ развивать: сообразительность, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- ✓ воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Программа рассчитана для учащихся 1 класса, на 1 год обучения.

На реализацию курса «Веселая прогулка» в 1 классе отводится 136 ч в год (4 часа в неделю).

## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

В результате обучения ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

### **Личностные результаты:**

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.
- 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.

### **Метапредметные результаты:**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- 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;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

### **Предметные результаты:**

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В программу включено знакомство с различными подвижными играми. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

Подвижные игры имеют и оздоровительное значение. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей.

### **Формы занятий:**

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- конкурсы
- праздники
- часы здоровья

### **Алгоритм работы с подвижными играми.**

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

### **Режим и место проведения занятий:**

Занятия проводятся в первой половине дня, между 2 и 3 уроками, как динамический час. Время занятий – 40 минут.

Место проведения – спортивный зал, пришкольная спортивная площадка, кабинет для внеурочных занятий. Подвижные игры и спортивные праздники проходят по усмотрению учителя на свежем воздухе или в спортивном зале.

**Народные игры:**

Русские народные игры: «Гуси – лебеди», «Жмурки», «У медведя во бору».

«Ляпки», «Заря». «Лапта», «Березка», «Третий лишний».

Башкирские народные игры: «Липкие пеньки», «Табун», «Волк и ягнята».

Игры с незначительной психофизической нагрузкой: «Чья лошадка быстрее», «Почтальон».

Карельские народные игры: «Мяч», «Стой, олень!», «Пятнашки на санках», «Умная рыбка – веселый рыбак».

Марийская народная игра: «Биляша».

Осетинские народные игры: «Перетягивание», «Борьба за флажки».

Татарские народные игры: «Хлопушки», «Займи место», «Лисички и курочки», «Угадай и догони».

Удмуртская народная игра: «Игра с платочком».

Чувашская народная игра: «Луна или Солнце»,

Якутская народная игра: «Один лишний».

Игры народов Сибири и Дальнего Востока: «Льдинки, ветер, мороз», «Рыбаки и рыбки».

Украинские народные игры: «Колдун», «Печки», «Прела – горела»..

Белорусские народные игры: «Заяц – месяц», «Раю – раю»,

### 3. Тематическое планирование

\* Универсальные учебные действия:

К. – коммуникативные,

П. – познавательные.

№ п/п	Кол. часов	Тематика занятий	УУД
1	4	Ознакомление с особенностями русских народных игр. Проведение и разучивание игр: «Гуси – лебеди», «Жмурки».	*К: слушать и понимать речь других; учиться выполнять различные роли в группе; совместно договариваться о правилах общения.
2	3	Совершенствование разученных русских народных игры: «У медведя во бору».	
3	4	Знакомство с русскими народными играми: «Ляпки», «Заря».	
4	3	Совершенствование разученных русские народные игры: «Лапта», «Березка».	
5	4	Закрепление разученных русских народных игр.	
6	4	Ознакомление с особенностями башкирских народных игр. Разучивание	*П: отличать новое от уже известного с помощью

		и проведение игр: «Липкие пеньки», «Табун», «Волк и ягнята».	учителя *К: слушать и понимать речь других; совместно договариваться о правилах общения; учиться выполнять различные роли в группе.
7	3	Совершенствование разученных башкирских народных игр: «Липкие пеньки», «Табун», «Волк и ягнята».	*П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: учиться выполнять различные роли в группе
8	2	Знакомство с играми с незначительной психофизической нагрузкой: «Чья лошадка быстрее», «Почтальон».	*П: отличать новое от уже известного с помощью учителя *К: совместно договариваться о правилах общения.
9	4	Закрепление и совершенствование игры с незначительной психофизической нагрузкой: «Чья лошадка быстрее»	*К: слушать и понимать речь других.
10	4	Закрепление и совершенствование игры с незначительной психофизической нагрузкой: «Почтальон».	
11	4	Закрепление и совершенствование игр с незначительной психофизической нагрузкой. Знакомство с особенностями карельских народных игр: «Мяч», «Стой, олень!»	
12	2	Знакомство с особенностями марийской народной игры: «Биляша».	*П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: учиться выполнять различные роли в группе.
13	3	Закрепление и совершенствование разученной марийской народной игры: «Биляша».	*П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: слушать и понимать речь других.
14	2	Знакомство с особенностями осетинских народной игры: «Перетягивание», «Борьба за флажки».	*П: отличать новое от уже известного с помощью учителя.
15	3	Закрепление и совершенствование разученных осетинских народных игр: «Перетягивание», «Борьба за флажки», «Жмурки».	*К: совместно договариваться о правилах общения. *К: учиться выполнять различные роли в группе.
16	2	Знакомство с особенностями	*П: отличать новое от

		татарских народных игр: «Хлопушки», «Займи место»	уже известного с помощью учителя. *К: учиться выполнять различные роли в группе. *К: слушать и понимать речь других.
17	3	Закрепление и совершенствование разученных татарских народных игр: «Хлопушки», «Займи место».	
18	5	Знакомство с правилами татарской народной игры: «Лисички и курочки», её разучивание.	*К: учиться выполнять различные роли в группе. *К: совместно договариваться о правилах общения.
19	5	Закрепление и совершенствование разученной татарской народной игры: «Лисички и курочки»	
20	4	Знакомство с правилами карельской народной игры: «Пятнашки на санках», её разучивание.	*П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: учиться выполнять различные роли в группе. *К: слушать и понимать речь других.
21	5	Закрепление и совершенствование разученной карельской народной игры: «Умная рыбка –веселый рыбак».	
22	4	Знакомство с правилами удмуртской народной игрой: «Игра с платочком», её разучивание.	*П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: учиться выполнять различные роли в группе.
23	5	Закрепление и совершенствование разученной удмуртской народной игрой: «Игра с платочком».	
24	4	Знакомство с правилами чувашской народной игры: «Луна или Солнце», её разучивание.	*К: совместно договариваться о правилах общения. *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. К: слушать и понимать речь других.
25	4	Закрепление и совершенствование разученной чувашской народной игры: «Луна или Солнце».	
26	4	Знакомство с правилами якутской народной игры: «Один лишний». Русская народная игра «Третий лишний» (сравнение игр).	*К: учиться выполнять различные роли в группе. *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя.
27	4	Закрепление и совершенствование разученной якутской народной игры: «Один лишний». Повторение русской народной игры «Третий лишний».	
28	5	Знакомство с особенностями игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Льдинки, ветер, мороз»,	*К: учиться выполнять различные роли в группе. *К: совместно договариваться о правилах общения.
29	3	Закрепление и совершенствование разученных игры народов Сибири и Дальнего Востока: «Рыбаки и рыбки».	
30	5	Знакомство с особенностями	*П: отличать новое от

		украинских народных игры: «Колдун»	уже известного с помощью учителя. *К: учиться выполнять различные роли в группе.
31	4	Закрепление и совершенствование разученных украинских народных игры: «Печки».	
32	4	Знакомство с особенностями народных игры: «Прела – горела».	*П: отличать новое от уже известного с помощью учителя.
33	4	Закрепление и совершенствование разученных белорусских народных игры: «Заяц – месяц», их разучивание.	*К: слушать и понимать речь других. *К: учиться выполнять различные роли в группе.
34	4	Ознакомление с особенностями народной игры: «Раю – раю», её разучивание.	*К: слушать и понимать речь других; учиться выполнять различные роли в группе; совместно договариваться о правилах общения
35	5	Совершенствование разученной народной игры: «Раю – раю».	
36	4	Ознакомление с особенностями татарской народной игры: «Угадай и догони», её разучивание.	*П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: слушать и понимать речь других. *К: совместно договариваться о правилах общения.