

**Муниципальное образование
Ленинградский район**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 21
им. А.П. Сальникова пос. Звезда
муниципального образования
Ленинградский район**

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО
классных руководителей
_____ Н.Е. Лесняк
Протокол №1
от «29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместителем директора по
УВР
_____ Е.В. Заикина
«29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
на заседании педагогического
совета
протокол №1 от 30.08.2023 г.
Директор школы
_____ Т.С. Зубенко
Приказ №__178__-осн.
от «01» сентября 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Игры и забавы казачат»
(наименование)
4 года
(срок реализации программы)
6,6-11 лет
(возраст обучающихся)

Поселок Звезда 2023

1. Планируемые результаты освоения учебного курса.

Предполагаемые результаты реализации программы включают в себя уровни воспитательных результатов внеурочной деятельности:

первый уровень – приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни;

второй уровень – формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом;

третий уровень – приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия), личностные и метапредметные результаты, которые будут достигнуты учащимися.

Личностные результаты

1 класс

Внутренняя позиция на уровне положительного отношения к школе

Устойчивый учебно-познавательный интерес к новым общим способам решения задач;

2 класс

Адекватного понимания причин успешности / не успешности деятельности

Компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности.

3 класс

Способности к решению моральных дилемм на основе учета позиций партнеров в общении, ориентации на их мотивы и чувства. Устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям.

4 класс

Установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках.

Осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни.

Метапредметные результаты.

1 класс

Определять цель деятельности с помощью учителя и самостоятельно.

Принимать и сохранять учебную задачу.

2 класс

Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

Обнаруживать и формулировать нравственную проблему.

Высказывать свою версию разрешения проблемы.

3 класс

Различать способ и результат действия.

Работая по предложенному плану, использовать необходимые средства.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога.

4 класс

Определять успешность выполнения своего задания в диалоге с учителем.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания коммуникативных достижений.

Контролировать свою деятельность, оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение.

Адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

Коммуникативные результаты:

1-4 класс

учиться слушать и слышать учителя и одноклассников, совместно обсуждать предложенную или выявленную проблему.

2. Содержание учебного предмета, курса

1 класс

1. Основы знаний. Введение. (3 часа) Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

2. Подвижные казачьи игры. (9 часов)

Понятие « Подвижные игры ».

История возникновения подвижных игр. Правила игр и техника безопасности в играх. Игры «Вызов номеров», «Перестрелка», «Казачата – дружные ребята», «Ляпка», «Метко в цель», «Дорожки», «Челночок», «Платок».

3. Строевая подготовка. (5 часов) Строевые упражнения. Игра «Вызов номеров». Повороты налево, направо. Игра «Место в строю». Перестроения. Строевые песни. Конкурс строя и песни.

4. Игры-эстафеты. (5 часов)

Техника безопасности на соревнованиях. Эстафеты с мячами. Правила игры. Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча». Эстафеты с бегом и прыжками. Эстафеты с преодолением препятствий. Игры-эстафеты «Вызов номеров», «Передал - садись».

5. Кубанские казачьи игры. (7 часов)

Правила игр и техника безопасности в играх. Игры «Курочки», «Всадники», «Иголка, нитка, узелок», «Много троих, хватит двоих», «Перебежки», «Перебежки с выручалочкой», «Берегись», «Горячее место», «Заря – заряница», «Веретено», «Волк, овцы и собаки», «Перетягивание».

6. Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (4 часа)

Виды бега, ходьбы. Челночный бег. Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением. Бег с изменяющимся направлением движения («змейкой», «по кругу», «спиной вперед»). Прыжки в длину с места. Упражнения со скакалками. Прыжки на месте и в движении. Игры с прыжками «Зайчики и охотник».

2 класс

1. Основы знаний. Введение. (2 часа) Значение здорового образа жизни. Как возникли национальные игры. Отличие от простых подвижных игр. Зачем нужны национальные игры. Считалки, речитативы.

2. Подвижные казачьи игры. (4 часа) Правила игр, правила взаимодействия с игроками. Подвижные игры с мячом. «Лапта», «Капуста». Подвижные игры со скакалкой «Дорожки», «Рыбачок».

3. Почему мы боеем? (2 часа) Почему мы боеем. Что нужно знать о лекарствах, где хранить лекарства? Защитные функции организма и как их укреплять? Прививки от болезней. Экскурсия в школьный медицинский кабинет.

4. Кубанские казачьи игры. (15 часов)

Место нашего проживания в регионе. Как возникли национальные игры. Отличие от простых подвижных игр. Зачем нужны национальные игры. Игры с камушками «Чёт и нечет», «Ходок», игра с кеглями «Казанок на казанок», игры «Зевака», «Хваталки», «Игра в шапку», «Перетяни за черту», «Чехарда», «Горелочки», «Пути», «Ручеёк», игры с мячом «Пятнашки», «Сало», «Вдогон», «Печки».

5. Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (5 часов)

Бег по прямой со скоростью близкой к максимальной на дистанциях 10-30м. Выполнение наклонов, приседаний взмахов руками, прыжков. Смена положения рук, ног в максимальном темпе в течение 5-10с. Удержание равновесия в различных позах, стоя на двух и одной ноге.

6. Я и моё здоровье. (6 часов)

Из чего состоит пища. Что нужно есть в разное время года. Продукты полезные и вредные. Выставка «Кубань щедра овощами и фруктами». Правила питания. «Аптека» на подоконнике. Витамины вокруг нас.

3 класс

1. Основы знаний. Введение. (3 часа)

Значение здорового образа жизни. Знакомство с работой спортивных секций. Практическая работа : измерение роста и массы тела. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

2. Подвижные казачьи игры. (8 часов)

Понятие « Подвижные игры ». В чем суть подвижных игр. Ценность их. Какие бывают подвижные игры. Как возникли подвижные игры. Меры безопасности во время проведения подвижных игр. Игры «Чехарда», «Пятнашки», «День - ночь», «Конники спортсмены», «Волк во рву», «Сало», «Вдогон».

3. Строевая подготовка. (3 часа)

Элементы строя, строй, подача строевых команд. Повороты налево, направо, кругом. Перестроения. Строевые песни. Конкурс строя и песни.

4. Игры-эстафеты. (6 часов)

Взаимодействие со сверстниками в достижении общих целей. Соблюдение требований техники безопасности во время проведения игр-эстафет. Эстафеты с мячами «Передал – садись», «Мяч капитану». Игры-эстафеты «Казачата, вперёд!», «Эстафеты-поезда», «Богатырская силушка». Игросоревнование между родителями и детьми.

5. Кубанские казачьи игры. (10 часов)

Техника безопасности на занятиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять. Игры «Казанок на казанок», «Казачьи бои», «Метко в цель», «Ляпка», «У медведя во бору», «Круговые пятнашки», «Охотники и утки», «Бой петухов», «Всадники», «Крест на крест», «Пятнашки». Игры с коновязью, с нагайкой, с рогаткой.

6. Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (4 часа)

Бег по прямой со скоростью близкой к максимальной на дистанциях 20-50м. Прыжки со скакалкой. Игры со скакалкой «Рыбачок», «Дорожки». Ходьба и бег с изменением направления и преодолением элементарных препятствий. Прыжки в различные направления и расстояние.

4 класс

1. Основы знаний. Введение. (3 часа)

Роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека. Посещение спортивного комплекса с целью пропаганды здорового образа жизни. Практическая работа: измерение показателей физического развития. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

2. Подвижные казачьи игры. (8 часов)

Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре. Целесообразность применения правил. Игры «Охотники и утки», «Казачата, вперёд!», «Конники спортсмены», «Волк во рву», «Чехарда», «Пятнашки», «Печки», «Хваталки», «Чиж в кругу».

3. Строевая подготовка. (2 часа)

Приветствие и ответ на приветствие на месте. Совершенствование строевых навыков и участие в строевых конкурсах и смотрах.

4. Игры-эстафеты. (5 часов)

Техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять.

Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности. Игры-эстафеты «Эстафеты-поезда»,

«Казачата, вперёд», «Богатырская силушка». Эстафеты с мячами. Игросоревнование между родителями и детьми.

5. Кубанские казачьи игры. (9 часов)

Объяснение правил выполнения подвижных игр, двигательных действий, анализирование и нахождение

ошибок, эффективное их исправление. Техника безопасности на занятиях. Игры «Цапля и лягушки», «Жгутчик без жгута», «Казачьи бои», «Метко в цель», «Ляпка», «У медведя во бору», «Охотники и утки», «Чур у дерева!», «Казачьи разбойники», «Перетягивание», «Свинка». Игры с коновязью.

6.Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (4часа)

Передвижение со сменой ходьбы и бега через каждые 10-20с в течение до 5 минут. Бег умеренной интенсивности без остановки в течение 3-4 минут. Прыжки с ноги на ногу (до 5). Перепрыгивание препятствий высотой до 20см. Прыжки через короткую и длинную скакалку, отталкиваясь двумя и одной ногой.

7. Я и моё здоровье. (3 часа)

Вредные и полезные привычки в питании. Традиции здорового питания казаков. Профилактика вредных привычек. Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма «Курение – это болезнь». Акция «Нет сигарете!» Праздник «Казачий разгуляй».

3.Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	ЦОР
1	Основы знаний. Введение.	3	
2	Подвижные казачьи игры.	9	
3	Строевая подготовка	5	
4	Игры эстафеты	5	
5	Кубанские казачьи игры	7	
6	Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.	4	
	Итого	33	

2 класс

№ п/п	Темы	Кол-во часов	ЦОР
1	Основы знаний. Введение.	2	
2	Подвижные казачьи игры.	4	
3	Почему мы боеем	2	
4	Кубанские казачьи игры	15	

5	Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.	5	
6	Я и мое здоровье	6	
	Итого	34	

3 класс

№ п/п	Темы	Кол-во часов	ЦОР)
1	Основы знаний. Введение.	3	
2	Подвижные казачьи игры.	8	
3	Строевая подготовка	3	
4	Игры эстафеты	6	
5	Кубанские казачьи игры	10	
6	Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.	4	
	Итого	34	

4 класс

№ п/п	Итого	Кол-во часов	ЦОР
1	Основы знаний. Введение.	3	
2	Подвижные казачьи игры.	8	
3	Строевая подготовка	2	
4	Игры эстафеты	5	
5	Кубанские казачьи игры	9	
6	Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.	4	
7	Я и мое здоровье	3	
	Итого	34	