


Муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение Ширинская основная школа №17

Согласовано:  
Зам. директора по УВР  
МБОУ Ширинская ОШ №17  
 Л.А.Корнеева

Утверждаю:  
Директор МБОУ  
Ширинская ОШ №17  
О.В. Лобкова  
Приказ № 163 от «1» сентября 2017 г.



**Рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
«ЗДОРОВЕЙКА»**

**1-4 классы**  
(1 класс - 2 часа; 2 класс – 2 часа;  
3 класс – 1 час; 4 класс - 2 часа)

**Направление: спортивно-оздоровительное**

Программа разработана  
учителями начального ОО  
Рассмотрено на заседании ШМО  
учителей, преподающих внеурочную деятельность  
Протокол № 1 от «31» августа 2017 г.

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСОВ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

**Личностными** результатами являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;  
выражать свои эмоции;  
понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

**Метапредметными** результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму;

**Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

**Коммуникативные УУД:**

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Кружок “Здоровейка” входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

№ п/п	Название раздела	Краткое содержание	Формы и виды деятельности
<b>1 класс</b>			
1	Русские народные игры	«Пчелки и ласточки», «кот и мышь», «горелки», «салки», «пятнашки», «фанты», «салки с приседаниями», «волк», «птицелов», «охотники и зайцы».	Игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств.
2	Подвижные игры	«Гуси лебеди», «у медведя во бору», «совушка», «палочка-выручалочка», «блуждающий мяч», «ловишка в кругу», «к своим флажкам», «северный и южный ветер», «соревнования скороходов», «колдунчики», «аисты», «мышеловка», «пустое место», «карусель», «кто быстрее», «конники-спортсмены», «лягушата и цыплята», «карлики и великаны», «ловишки с приседаниями», «переправа с досками»,	Игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств, совершенствование координации движений, развитие быстроты реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе.
3	Эстафеты	По кругу, «веселые старты», «с мячом», «быстрые и ловкие».	Эстафеты, задания, упражнения на развитие внимания, быстроту реакции, навыки передвижения, ответственность перед командой.
<b>2 класс</b>			
1	Русские народные игры	«Жмурки», «кот и мышь», «горелки», «салки», «пятнашки», охотники и зайцы», «фанты», «салки с приседаниями», «волк», «птицелов», «охотники и зайцы», «гори, гори ясно!».	Игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств.
2	Подвижные игры	«Совушка», «мышеловка», «пустое место», «карусель», «кто быстрее», «конники-спортсмены», «лягушата и цыплята», «карлики и великаны».	Игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств, совершенствование координации движений, развитие быстроты реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в

			коллективе.
3	Эстафеты	По кругу, с обручем, «передача мяча», «с мячом», «быстрые и ловкие», «вызов номеров».	Эстафеты, задания, упражнения на развитие внимания, быстроту реакции, навыки передвижения, ответственность перед командой.
4	Игры народов России	Башкирские: «Юрта», «медный пень» Бурятская: «Ищем палочку». Хакасские: «Выбей из круга», «подними платок». Марийская: «Катание мяча». Татарская: «Серый волк». Якутские: «Сокол и лиса», «пятнашки». Чувашская: «Рыбки».	Игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств.
<b>3 класс</b>			
1	Русские народные игры	«Краски», «ляпка», «пятнашки», охотники и зайцы», «фанты», «салки», «салки с приседаниями», «третий лишний», «птицелов», «охотники и зайцы», «гори, гор ясно!».	Игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств.
2	Эстафеты	По кругу, с обручем, с мячом, «передача мяча», «с мячом», «быстрые и ловкие», «вызов номеров», «встречная», «веселые старты».	Эстафеты, задания, упражнения на развитие внимания, быстроту реакции, навыки передвижения, ответственность перед командой.
3	Игры народов России	Башкирские: «Юрта», «медный пень» Бурятская: «Ищем палочку». Хакасские: «Выбей из круга», «подними платок». Кабардино-балкарская: «Под буркой». Калмыцкие: «Прятки», «альчик!» Карельские: «Мяч», «я есть!». Игры народов Коми: «Невод», «стой олень!». Марийская: «Катание мяча». Татарская: «Серый волк». Якутские: «Сокол и лиса», «пятнашки». Удмуртские: «Водяной», «серый зайка». Чечено-ингушская: «Чиж» Тувинские: «Стрельба в мишень», «борьба». Мордовские: «Котел», «круговой». Северо-оситинская: «Борьба за флажки». Чувашская: «Рыбки».	Игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств.
<b>4 класс</b>			
1	Русские народные	«Жмурки», «кот и мышь», «горелки»,	Игры на формирование

	игры	«салки», «пятнашки», «охотники и зайцы», «фанты», «салки с приседаниями», «волк», «птицелов», «гори, гори ясно!», «краски», «третий лишний», «охотники и зайцы».	коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств.
2	Эстафеты	По кругу, с обручем, с мячом, «передача мяча», «с мячом», «быстрые и ловкие», «вызов номеров», «встречная», «веселые старты».	Эстафеты, задания, упражнения на развитие внимания, быстроту реакции, навыки передвижения, ответственность перед командой.
3	Игры народов России	Башкирские: «Юрта», «медный пень» Бурятская: «Ищем палочку». Хакасские: «Выбей из круга», «подними платок». Марийская: «Катание мяча». Татарская: «Серый волк». Якутские: «Сокол и лиса», «пятнашки». Чувашская: «Рыбки».	Игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1-й класс (66 часа)

Название темы (раздела)	Количество часов
«Русские народные игры»	8
«Подвижные игры»	50
«Эстафеты»	8

### 2-й класс (68 часа)

Название темы (раздела)	Количество часов
«Русские народные игры»	24
«Подвижные игры»	16
«Эстафеты»	14
«Игры народов России»	14

### 3-й класс (34 часа)

Название темы (раздела)	Количество часов
«Русские народные игры»	10
«Эстафеты»	7
«Игры народов России»	17

### 4-й класс (68 часа)

Название темы (раздела)	Количество часов
«Русские народные игры»	38
«Эстафеты»	16
«Игры народов России»	14

