

Управление образования и молодежной политики администрации Октябрьского района  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Нижнеларькарская средняя общеобразовательная школа»

«Утверждено»

Директор школы

\_\_\_\_\_ Г.С. Попова

«31» августа 2023 год

Приказ № 457 – од от 31.08.2023 г.

**Рабочая учебная программа  
внеурочной деятельности  
«Игры народов севера»  
для 2, 3-4 класса  
на 2023-2024 учебный год**

**Составитель: Карпенко Л.Н. учитель мансийского языка и литературы,  
технологии, высшая квалификационная категория**

2022 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа внеурочной деятельности «Игры народов Севера» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, Программы по физическому воспитанию учащихся 2 - 4 классов на основе традиций коренного населения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

За основу взята авторская программа «Игры, состязания и самобытные физические упражнения народов севера», Автор: Синявский Н.И, Власов В.В., Фынтынэ О.А.

Рабочая программа разработана в соответствии с:

Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» ст. 2. п. 9;

- требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта начального общего образования и основного общего образования (далее ФГОС);

Приказом Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования»;

Письмом Минобрнауки России от 28.10.2015 г. № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»

Приказом Минобрнауки России № 1576 от 31.12.2015 «О внесении изменений в ФГОС НОО, утвержденный приказом МОиН РФ от 06.10.2009г. № 373»

Приказом Минобрнауки России № 1577 от 31.12.2015 «О внесении изменений в ФГОС ООО, утвержденный приказом МОиН РФ от 17.12.2010г. № 1897»

Методическими рекомендациями по реализации ФГОС ООО по предметным областям и учебным предметам в образовательных организациях, расположенным на территории ХМАО - Югры в соответствии с Письмом ДО и МП от 15.06.15 №6102;

Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Нижненарыкарская средняя общеобразовательная школа» (далее ОО).

Настоящее Положение определяет структуру, порядок разработки и утверждения Рабочей учебной программы учебного предмета.

Рабочая учебная программа, утвержденная ОО - это локальный нормативный документ, определяющий объем, порядок, содержание изучения учебного предмета, требования к результатам освоения основной образовательной программы начального общего

образования обучающимися, основной образовательной программы основного общего образования обучающимися в соответствии с ФГОС в условиях ОО.

Весь исторический опыт проживания населения Севера в суровых климатических условиях способствовал выработке им уникальных и эффективных средств физического воспитания подрастающего поколения - народных игр, самобытных физических упражнений и состязаний. Северные народы на основе жизненной практики выявили могучую воспитательную и оздоровительную силу игр, как комплекса средств психологического, педагогического и физического воздействия. Многовековая практика применения этих средств показала, что они наиболее эффективно нейтрализуют влияние экстремальных условий среды на жизнедеятельность детей и взрослых. Игры и состязания характеризуются универсальностью, комплексностью своего воздействия: они развивают жизненно важные двигательные способности, укрепляют здоровье, формируют характер и систему нравственных принципов, знакомят и обучают традиционным промыслам.

Игры народов Севера являются в основном подражательными и подвижными. Игровая деятельность детей направлена на то, чтобы познать окружающую действительность, усвоить обычаи, традиции своего народа и, конечно, овладеть всеми необходимыми для жизни умениями и навыками, связанными с традиционными промыслами. Таким образом, одной из важнейшей функцией игры является то, что через игру ребенок осваивает социальный тип жизнедеятельности своей семьи, народа. Игры и состязания закаляют ребенка, укрепляют его здоровье, благотворно влияют на его физическое здоровье. Игры народов Севера помогают ребенку приблизиться к физическому совершенству. В результате детский организм становится устойчивым к воздействию экстремальных климатических факторов.

**Целью** программы является физическое воспитание учащихся, основанное на традициях народов Севера.

Достижение этой цели решают следующие **задачи**:

1. Укрепление здоровья, закаливание организма, достижение всестороннего физического развития.
2. Формирование и совершенствование жизненно необходимых двигательных умений и навыков.
3. Воспитание нравственных и эстетических качеств личности.
4. Формирование личности представителя северного этноса, способного к полноценной профессионально-трудовой деятельности.

Программа внеурочной деятельности «Игры народов Севера» предусматривает привитие учащимся младшего школьного возраста всей суммы нравственных и

эстетических норм, передачу накопленных знаний об окружающей природной среде и ее богатствах и способах существования в ней.

Кроме того, образовательная программа способствует развитию личностных качеств детей и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций).

Универсальными компетенциями учащихся на начальном этапе физического развития и воспитания, основанного на традициях народов Севера, являются:

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

#### **Ценностные ориентиры содержания образовательной программы:**

Содержание образовательной программы по внеурочной деятельности «Игры народов Севера» направлено на усвоение нравственного поведения и традиций народов Севера, воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, профессиональной и общественной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

#### **Сроки реализации Рабочей учебной программы 5 лет.**

Место предмета в учебном плане ОО

2 класс -1 час в неделю (33 часа)

4 класс -1 час в неделю (34 часа)

#### **Требования к результатам обучения и освоения содержания предмета ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных ситуациях) и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

**Метапредметные результаты:**

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов и их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организация места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределения нагрузки и организация отдыха в процессе ее выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметные результаты:**

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов из истории физического воспитания малочисленных народов Севера.
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

- бережное отношение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;

### **СТРУКТУРА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Структура и содержание задаются в программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Основы знаний»; «Способы физкультурной деятельности»; «Физическое совершенство».

Содержание раздела **«Основы знаний»** отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: зарождение физической культуры народов Севера; народные игры, состязания, самобытные физические упражнения, их зарождение; организация и двигательное содержание и функциональная направленность общеразвивающих упражнений; гигиенические требования к одежде и обуви на занятиях в спортивной секции; правила поведения на спортивной площадке и в зале.

Раздел **«Способы физкультурной деятельности»** содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела **«Физическое совершенство»** ориентировано на гармоничное физическое развитие учащихся, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, народные игры, состязания и двигательные действия из национальных видов спорта, а также самобытные физические упражнения с различной функциональной направленностью.

### **ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

№	Разделы программы	Классы			
		I	II	III	IV
1	Основы знаний	1	1	1	1
2	Способы физкультурной деятельности	2	2	2	2
3	Физкультурно - оздоровительная деятельность. Физические упражнения.	4	4	4	4
4	Физическое совершенство	20	20	20	20

	Гимнастика с основами акробатики.	3	3	3	3
	Акробатические упражнения	3	3	3	3
	Беговые упражнения	5	5	5	5
	Прыжковые упражнения	5	5	5	5
	Метание	4	4	4	4
5	Народные игры и состязания на материале гимнастики и основами акробатики	14	14	14	14
6	Народные игры и состязания на материале легкой атлетики	25	27	27	27
Итого:		66	68	68	68

Календарно-тематическое планирование  
2 класс

№ урока	Тема урока	Дата	
		По плану	Факт
Основы знаний 1 ч			
1	Правила поведения на спортивной площадке. Применение национальных игр.		
Способы физической деятельности 1 ч			
2	Составление режима дня. Комплекс упражнений для осанки		
Физкультурно - оздоровительная деятельность 12 ч			
3	Комплекс физических упражнений для зарядки.		
4	Комплекс самобытных физических упражнений в повседневной жизни.		
5	Комплекс самобытных физических упражнений в повседневной жизни.		
6	Перекаты, кувырки.		
7	Перекаты, кувырки.		
8	Беговые упражнения.		
9	Беговые упражнения.		
10	Беговые упражнения.		
11	Прыжковые упражнения		
12	Прыжковые упражнения.		
13	Метание шишек.		
14	Метание шишек.		
Народные игры и состязания 20 ч			
15	«Рыбаки и рыбки»		
16	«Борьба ногами лежа на спине»		
17	«Поднимание партнера из положения лежа»		
18	«Хитрый соболю»		
19	«Бой медвежат».		
20	«Рыбаки и рыбки»		
21	«Победи троих»		

22	Догонялки.«Оленьи прыжки»		
23	Догонялки. «Оленьи прыжки»		
24	Бездомный заяц. «Стаи рыбок»		
25	Бездомный заяц.«Стаи рыбок»		
26	«Вертолет»		
27	«Загоны в озеро»		
28	«Загоны в озеро»		
29	«Догонялки»		
30	«Догонялки»		
31	«Заячьи прыжки»		
32	«Заячьи прыжки»		
33	«Быстрая лягушка»		
34	Заяц и волк		

**Календарно-тематическое планирование  
3-4 класс**

№ уро ка	Тема урока	Дата	
		По плану	Факт
Основы знаний 1 ч			
1	Правила поведения на спортивной площадке. Применение национальных игр.		
Способы физкультурной деятельности 1 ч			
2	Комплекс упражнений для формирования осанки.		
Физкультурно - оздоровительная деятельность 1 ч			
3	Комплекс самобытных физических упражнений для повседневной жизни.		
Физическое совершенство 7 ч			
4	Упоры, седы, перекаты, стойки, кувырки.		
5	Упоры, седы, перекаты, стойки, кувырки		
6	Беговые упражнения		
7	Прыжковые упражнения		
8	Прыжковые упражнения		
9	Метание тынзяна на хорей		
10	Метание тынзяна на хорей		
Народные игры и состязания 24 ч			
11	«Скопируй позы»		
12	« Быстрая лягушка»		
13	«Оленьи прыжки».		
14	«Бой лосей»		
15	«Бой лосей»		
16	«Прыгуны и бегуны». «Солнце»		
17	«Перетягивание веревки»		
18	«Кто сильнее»		
19	«Догонялки»		
20	«Догонялки»		
21	«Скачки стерха»		
22	«Скачки стерха»		



23	«Заячьи прыжки»		
24	«Заячьи прыжки»		
25	«Ловкий охотник»		
26	«Ловкий охотник»		
27	«Прыжки в высоту»		
28	«Прыжки в высоту»		
29	«Волк и зайцы»		
30	«Волк и зайцы»		
31	«Оленьи прыжки»		
32	Тройной национальный прыжок		
33	Бег с палкой		
34	Бег с палкой		