


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования и науки
Ханты-Мансийского автономного округа - Югра
Березовский район
МАОУ «Ванзетурская СОШ»

«Рассмотрено и
рекомендовано»
Руководитель МО ГЭЦ
 С.С.Полякова
Протокол №1
29 августа 2023 г.

«Согласовано»
заместитель директора
по УР
 С.А.Цветкова
30 августа 2023 г.

«Утверждаю»
Директор школы
 А.В.Алтухова
Приказ № 230 о.д
31 августа 2023г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
основного общего образования
по внеурочной деятельности
«Игры народов Севера»
для обучающихся 8 класса
на 2023/2024 учебный год

Составитель программы:

Глушенко С.В., БКК

Ванзетур, 2023 год

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- СанПиН 1.2.3685-21;
- Программа Воспитания по ФОП 2023-2024г приказ к ООП НОО, к ООП ООО от 22.08.23 № 206-од
- Учебного плана МАОУ «Ванзетурская СОШ» от 31.08 .2023г., Приказа № 228-од
- Приказа № 237-од от 31.08.2023 «Об утверждении планов по Воспитательной работе»
- Приказа № 230 –од от 31.08.2023 «Об утверждении рабочих программ по Внеурочной деятельности»
-

Цели программы:

- сохранение и укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и двигательных способностей посредством освоения национальных видов спорта народов Севера.
- формирование потребности обучающихся в двигательной активности, здоровом образе жизни;
- профилактика асоциального поведения подростков.

Задачи программы:

Обучающие:

- освоить технику выполнения самобытных упражнений народов Севера.
- познакомить с теоретическими основами техники национальных видов спорта

Развивающие:

- Развить двигательные способности, силу, выносливость, координацию движений.
- Расширить знания обучающихся о национальных обычаях, традициях народов Севера, истории народных игр, национальных видах спорта.
- Воспитать волевые качества: целеустремленность, настойчивость, оптимизм.

Воспитательные:

- сформировать установку на здоровый образ жизни;
- воспитывать морально-волевые качества у юного спортсмена;
- воспитывать культуру общения и взаимодействия в учебной и игровой деятельности.

В основу отбора содержания программы внеурочной деятельности «Игры народов Югры» были вложены следующие принципы:

- **принцип оздоровительной направленности** обосновывает применение подвижных игр для компенсации недостатка двигательной активности детей, направленности занятий на реализацию профилактической и развивающей функции физических упражнений;
- **принцип социализации** направлен на включение ребенка в групповую деятельность совместной постановки и решения определенных задач, обогащению эмоциональной сферы детей и воспитанию у них межличностных отношений и организационных умений, приобщают к неотъемлемой части национальной культуры;
- **принцип постепенности** определяет необходимость построения образовательного процесса в соответствии с правилами «от простого к сложному», ориентирующих выбор

и планирование учебного содержания в поэтапном освоении и переводе учебных знаний в практические навыки;

- **принцип сознательности и активности** предлагает формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых видов деятельности, развития инициативы, самостоятельности и творчества в двигательном поведении.

Предлагаемая программа рассчитана на 1 год обучения:
в 8 классе – (1 час в неделю) 35 часа

2. Содержание учебного предмета 8 класс

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Контроль реализации программы
1.	Вводное занятие. История развития Северного многоборья	1	
Раздел 1. Метание			
2.	Метание тынзяна на хорей	4	
3.	Метание топора	4	
Раздел 2. Бег			
4.	Специальные беговые упражнения.	4	
5.	Бег по пересеченной местности с преодолением препятствий.	4	
6.	Бег с палкой	3	
Раздел 3. Прыжки			
7.	Тройной национальный прыжок	3	
8.	Прыжки через нарты	6	
Раздел 4. Игровая деятельность			
9.	Спортивные игры и подвижные игры	5	
Раздел 5. Спортивные соревнования			
10.	Соревнования по национальным видам спорта	1	
Итого		35	

3. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные:

- определять смысл влияния физической культуры на здоровье человека;
- устанавливать значение результатов своей игровой деятельности для удовлетворения потребности в движении, в повышении уровня физического развития и физической подготовленности, в формировании устойчивых мотивов самосовершенствования;
- оценивать нравственно-этическую составляющую событий и действий с точки зрения моральных норм;

Регулятивные:

- ставить учебные задачи в соответствии с предполагаемой деятельностью;
- определять последовательность промежуточных целей для достижения конечного результата;
- составлять план и последовательность действий для достижения конечного результата;
- контролировать и оценивать выполнение заданий с целью нахождения несоответствия с эталоном двигательного действия;
- оценивать уровень и качество освоения задания.

Познавательные:

- находить и структурировать информацию;
- анализировать игровые действия с выделением существенных признаков;
- выстраивать логическую цепь рассуждений на заданную тему.

Коммуникативные:

- учитывать позицию партнера в совместной деятельности;
- согласовывать усилия детей в организации и осуществлении совместной деятельности;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций для сотрудничества;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- контролировать действия партнера в игровой деятельности;
- задавать вопросы;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологические высказывания, владеть диалогической формой речи.

Предметные:

- планировать применение подвижных игр в режиме дня;
- излагать факты истории возникновения игр народов Севера, традиций и обычаев народов, связанных с игровой деятельностью;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического здоровья и физической подготовленности гимназистов;
- применять способы коррекции осанки, развития физических качеств средствами национальных подвижных игр;
- овладение техникой движений прыжков, метаний, разновидностей бега, встречающихся в подвижных играх;
- моделировать комплексы упражнений с мячами, палками, дисками из ранее изученных элементов;
- оформлять модели комплексов с использованием знаково-символических действий

Планируемые результаты реализации программы

- высокий уровень мотивации здорового образа жизни;
- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
- расширение кругозора о подвижных играх и забавах народов Севера;
- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения подвижных игр;
- самостоятельная организация и проведение подвижных игр в малых группах сверстников;
- соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр;
- владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр, проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

4. Календарно-тематическое планирование 8 класса

№ урока	Содержание	Количество часов	Дата проведения
1	Вводное занятие. История развития Северного многоборья.	1	02.09.2023
Раздел 1. Метание 8 часа			
2	Знакомство с правильной техникой метания тынзяня на хорей. Освоение правильного сбора тынзяня. Освоение метания первого мотка с костяшкой.	2	09.09.2023 16.09.2023
3	\ Освоения техники выпускающего второго мотка за первым. Изучение техники метания в целом.	2	23.09.2023 30.09.2023
4	Знакомство с техникой метания топора (гранаты и мяча). Обучение держанию и выбрасыванию снаряда. Метание с бросковых шагов.	2	07.10.2023 14.10.2023
5.	Техника выполнения разбега и отведения топора. Метание топора. Техника метания топора с полного разбега.	2	21.09.2023 28.10.2023
Раздел 2. Бег 11 часов			
6	Знакомство с техникой бега с палкой по пересеченной местности на средние и длинные дистанции. Обучение технике бега по прямой с равномерной и переменной скоростью.	2	11.11.2023 18.11.2023
7	Обучение технике бега по повороту. Обучение технике высокого старта	3	25.11.2023 02.12.2023 09.12.2023
8.	Обучение технике бега с палкой в гору.	3	16.12.2023 23.12.2023 30.12.2023
9-10.	Обучение умению бежать с равномерной скоростью на разных отрезках.	3	06.01.2024 13.01.2024 20.01.2024
Раздел 3. Прыжки 9 часов			
11.	Знакомство с техникой тройного национального прыжка с одновременным отталкиванием двумя ногами с места и с разбега. Владение техникой прыжка с одновременным отталкиванием двух ног с места и с разбега.	1	27.01.2024
12.	Совершенствование техники тройного национального прыжка с одновременным отталкиванием двумя ногами в целом.	2	03.02.2024 10.02.2024
13.	Знакомство с техникой прыжков через нарты Изучение техники прыжков через нарты. Группировки и приземления. Преодоление психологического барьера в прыжках через нарты. с одновременным отталкиванием двух ног.	2	17.02.2024 24.02.2024
14.	Изучение техники движение рук в сочетании с дыханием. Изучение технике разворота после преодоления нарт.	2	02.03.2024 09.03.2024
15.	Совершенствование техники прыжков через нарты с одновременным отталкивание двух ног и техники разворота после преодоления десяти нарт.	2	16.03.2024 23.03.2024
Раздел 4. Игровая деятельность			

16.	Спортивные игры и подвижные игры Югры	5	30.03.2024 13.04.2024 20.04.2024 27.04.2024 18.04.2024
Раздел 5. Соревнования по национальным видам спорта			
17.	Соревнования по национальным видам спорта.	1	25.04.2024
	Итого :	35	

Директор школы

А.В.Алтухова