

Настоящая программа разработана в соответствии с основными положениями ФГОС НОО, планируемыми результатами НОО, требованиями ООП НОО МАОУ СОШ № 213 «Открытие».

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

***Планируемые личностные результаты***

Уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России; осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, традициям и ценностям Российского народа на примере истории национальных видов спорта и народных игр.

Сформированность патриотического сознания и гражданской позиции личности, чувство ответственности и долга перед Родиной на примере геройских подвигов спортсменов – участников Великой Отечественной Войны и результатов упорного труда выдающихся спортсменов СССР и России.

Знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России.

Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

Сформированность положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к учебному предмету «Физическая культура».

Развитость эстетического и этического сознания через освоение культуры движения и культуры тела.

Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни.

Сформированность духовно-нравственной культуры, чувства толерантности и ценностного отношения к физической культуре, как составной и неотъемлемой части общечеловеческой культуры.

***Планируемые метапредметные результаты***

Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные понятия (скорость, сила, амплитуда, вектор, частота, дыхание, обмен веществ, работоспособность, ткани, возбуждение, торможение и мн. другие) и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные).

* способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск средств ее осуществления;
* планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
* понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
* определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
* конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
* владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
* систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;

*Регулятивные универсальные учебные действия*

* самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
* самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
* соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
* оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
* осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.

*Познавательные универсальные учебные действия*

* определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы;
* создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот;
* владеть культурой активного использования информационно – поисковых систем.

*Коммуникативные универсальные учебные действия*

* организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
* осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

На основании СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях" (п. 10.20 и п. 10.21) курс внеурочной деятельности **«Спортивные игры»** рассчитан на обучающихся 1-4 классов.

В содержание курса входит освоение игр и игровых упражнений на развитие пространственного и интеллектуального мышления, воспитание физических качеств, освоение общеразвивающих упражнений без предметов (с предметами), а также приобщение к русской истории, культуре и быту.

***Содержание курса «Спортивные игры»***

*Русские народные игры*. Игры, отражающие отношение человека к природе: «два мороза», «белые медведи», «гуси-лебеди», «волк во рву», «волк и овцы», «вороны и воробьи», «змейка», «зайцы в огороде», «пчелки и ласточки», «попрыгунчики - воробушки», «кошки-мышки», «море волнуется», «у медведя во бору», «коршун и наседка», «стадо», «совушка», «хромая лиса», «филин и пташки». «лягушата», «медведь и медовый пряник», «зайки и ежи», «ящерица», «хромой цыпленок», «оса» и их вариативность.

*Игры, отражающие быт русского народа*: «дедушка-рожок», «домики», «ворота», «встречный бой», «защита укрепления», «заря», «корзинки», «каравай», «невод», «охотники и утки», «ловись рыбка», «по кочкам и пенечкам», «птицелов», «рыбаки и рыбки», «удочка», «продаем горшки», «защита укрепления», «захват флага», «шишки, желуди, орехи».

*Игры, направленные на развитие координации, внимания, быстроты и ловкости:* «бабки», «городки», «горелки», «городок-бегунок», «двенадцать палочек», «жмурки», «игровая», «кто дальше», «ловишка», «котлы», «пятнашки», «считалки», «третий – лишний», «чижик», «чехарда», «кашевары», «отгадай, чей голосок», «веревочка под ногами» и др.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**1 КЛАСС**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание | Кол-во часов |
| 1 четверть |  | **9** |
| 1 | *Подвижные игры разных народов* |  |
| 2 | *Подвижные игры с бегом и прыжками* |  |
| 3 | *Закрепление техники бега в подвижных играх* |  |
| 4 | *Подвижные игры и игровые упражнения с прыжками* |  |
| 5 | *Эстафеты с бегом и прыжками* |  |
| 6 | *Игры и игровые упражнения с элементами ловли и ведения мяча* |  |
| 7 | *Эстафеты с элементами ведения правой, левой рукой.* |  |
| 8 | *Подвижные игры с ловлей и передачей мяча* |  |
| 9 | *Подвижные игры с мячом* |  |
| 2 четверть |  | **7** |
| 10 | *Подвижные игры и игровые упражнения для развития силовых способностей.* |  |
| 11 |  *Игровые упражнения с использованием строевых упражнений, для развития внимания.* |  |
| 12 | *Игровые упражнения для развития гибкости.* |  |
| 13 | *Игровые упражнения для развития ловкости и координации движений.* |  |
| 14 | *Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания.* |  |
| 15 | *Эстафеты с использованием акробатических элементов, лазания, перелезания и переползания* |  |
| 16 | *Мини соревнования**по акробатике* |  |
| 3 четверть |  | **9** |
| 17 | *Подвижные игры разных народов* |  |
| 18 | *Подвижные игры на развитие выносливости* |  |
| 19 | *Эстафеты с передвижением на лыжах* |  |
| 20 | *Игровые упражнения на закрепление техники скользящего шага* |  |
| 21 | *Закрепление лыжных ходов в эстафетах* |  |
| 22 | *Игры и игровые упражнения на закрепление изученных лыжных ход*ов |  |
| 23 | *Игровые упражнения для развития выносливости.* |  |
| 24 | *Эстафеты на развитие скоростных качеств* |  |
| 25 | *Игры и игровые упражнения с мячом* |  |
| 4 четверть |  | **8** |
| 26 | *Подвижные игры разных народов* |  |
| 27 | *Подвижные игры с бегом и прыжками* |  |
| 28 | *Подвижные игры и игровые упражнения с прыжками* |  |
| 29 | *Подвижные игры и игровые упражнения для развития скоростных способностей.* |  |
| 30 | *Мини-футбол* |  |
| 31 | *Игровые упражнения для развития ловкости и координации*  |  |
| 32 | *Подвижные игры с мячом* |  |
| 33 | *Подвижная игра «Охотники и утки»* |  |
| ***Всего за год*** | **33** |

**2 КЛАСС**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Содержание** | Кол-во часов |
| 1 четверть |  | **9** |
| 1 | *Подвижные игры разных народов.* |  |
| 2 | *Подвижные игры с бегом и прыжками* |  |
| 3 | *Подвижные игры и игровые упражнения с прыжками.* |  |
| 4 | *Подвижные игры на развитие скоростных качеств.* |  |
| 5 | *Полоса препятствий.* |  |
| 6 | *Подвижные игры с мячом.* |  |
| 7 | *Подвижные игры с ловлей и передачей мяча* |  |
| 8 | *Эстафеты с мячами.* |  |
| 9 | *Игры и игровые упражнения с элементами ловли и ведения мяча.* |  |
| 2 четверть |  | **7** |
| 10 | *Подвижные игры и игровые упражнения для развития силовых способностей.* |  |
| 11 | *Игровые упражнения для развития внимания* |  |
| 12 | *Игровые упражнения для развития гибкости* |  |
| 13 | *Игровые упражнения для развития ловкости и координации движений.* |  |
| 14 | *Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания.* |  |
| 15 | *Эстафеты с использованием акробатических элементов, лазания, перелезания и переползания.* |  |
| 16 | *Мини соревнования**по акробатике.* |  |
| 3 четверть |  | **10** |
| 17 | *Игровые упражнения на закрепление техники скользящего шага* |  |
| 18 | *Эстафеты с передвижением на лыжах.* |  |
| 19 | *Подвижные игры на развитие выносливости.* |  |
| 20 | *Игровые упражнения на извилистой лыжне, с препятствиями.* |  |
| 21 | *Игры и игровые упражнения на закрепление изученных лыжных ход*ов |  |
| 22 | *Лыжные эстафеты* |  |
| 23 | *Игровые упражнения для развития выносливости.* |  |
| 24 | *Игры и игровые упражнения с преодолением препятствий* |  |
| 25 | *Эстафеты на развитие скоростных качеств* |  |
| 26 | *Подвижные игры с мячом* |  |
| 4 четверть |  | **8** |
| 27 | *Подвижные игры разных народов.* |  |
| 28 | *Подвижные игры с бегом и прыжками* |  |
| 29 | *Подвижные игры и игровые упражнения для развития силовых способностей.* |  |
| 30 | *Быстрее, выше, сильнее.* |  |
| 31 | *Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания* |  |
| 32 | *Игровые упражнения для развития ловкости и координации*  |  |
| 33 | *Подвижные игры с мячом* |  |
| 34 | *Мини-футбол* |  |
| ***Всего за год*** | **34** |

**3 КЛАСС**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Содержание** | Кол-во часов |
| 1 четверть |  | **9** |
| 1 | *Подвижные игры разных народов.* |  |
| 2 | *Подвижные игры с бегом и прыжками* |  |
| 3 | *Подвижные игры и игровые упражнения с прыжками.* |  |
| 4 | *Подвижные игры на развитие скоростных качеств.* |  |
| 5 | *Полоса препятствий.* |  |
| 6 | *Подвижные игры с мячом.* |  |
| 7 | *Подвижные игры с ловлей и передачей мяча* |  |
| 8 | *Эстафеты с мячами.* |  |
| 9 | *Игры и игровые упражнения с элементами ловли и ведения мяча.* |  |
| 2 четверть |  | **7** |
| 10 | *Подвижные игры и игровые упражнения для развития силовых способностей.* |  |
| 11 | *Игровые упражнения для развития внимания* |  |
| 12 | *Игровые упражнения для развития гибкости* |  |
| 13 | *Игровые упражнения для развития ловкости и координации движений.* |  |
| 14 | *Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания.* |  |
| 15 | *Эстафеты с использованием акробатических элементов, лазания, перелезания и переползания.* |  |
| 16 | *Мини соревнования**по акробатике.* |  |
| 3 четверть |  | **10** |
| 17 | *Игровые упражнения на закрепление техники скользящего шага* |  |
| 18 | *Эстафеты с передвижением на лыжах.* |  |
| 19 | *Подвижные игры на развитие выносливости.* |  |
| 20 | *Игровые упражнения на извилистой лыжне, с препятствиями.* |  |
| 21 | *Игры и игровые упражнения на закрепление изученных лыжных ход*ов |  |
| 22 | *Лыжные эстафеты* |  |
| 23 | *Игровые упражнения для развития выносливости.* |  |
| 24 | *Игры и игровые упражнения с преодолением препятствий* |  |
| 25 | *Эстафеты на развитие скоростных качеств* |  |
| 26 | *Мини-баскетбол* |  |
| 4 четверть |  | **8** |
| 27 | *Подвижные игры разных народов.* |  |
| 28 | *Подвижные игры с бегом и прыжками* |  |
| 29 | *Подвижные игры и игровые упражнения для развития силовых способностей.* |  |
| 30 | *Быстрее, выше, сильнее.* |  |
| 31 | *Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания* |  |
| 32 | *Игровые упражнения для развития ловкости и координации*  |  |
| 33 | *Подвижные игры с мячом* |  |
| 34 | *Мини-футбол* |  |
| ***Всего за год*** | **34** |

**4 КЛАСС**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Содержание** | Кол-во часов |
| 1 четверть |  | **9** |
| 1 | *Подвижные игры разных народов.* |  |
| 2 | *Подвижные игры с бегом и прыжками* |  |
| 3 | *Подвижные игры и игровые упражнения с прыжками.* |  |
| 4 | *Подвижные игры на развитие скоростных качеств.* |  |
| 5 | *Полоса препятствий.* |  |
| 6 | *Подвижные игры с мячом.* |  |
| 7 | *Подвижные игры с ловлей и передачей мяча* |  |
| 8 | *Игра в пионербол по упрощённым правилам* |  |
| 9 | *Пионербол* |  |
| 2 четверть |  | **7** |
| 10 | *Подвижные игры и игровые упражнения для развития силовых способностей.* |  |
| 11 | *Игровые упражнения для развития внимания* |  |
| 12 | *Игровые упражнения для развития гибкости* |  |
| 13 | *Игровые упражнения для развития ловкости и координации*  |  |
| 14 | *Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания.* |  |
| 15 | *Эстафеты с использованием акробатических элементов, лазания, перелезания и переползания.* |  |
| 16 | *Мини соревнования**по акробатике.* |  |
| 3 четверть |  | **10** |
| 17 | *Игровые упражнения на закрепление техники скользящего шага* |  |
| 18 | *Эстафеты с передвижением на лыжах.* |  |
| 19 | *Подвижные игры на развитие выносливости.* |  |
| 20 | *Игровые упражнения на извилистой лыжне, с препятствиями.* |  |
| 21 | *Игры и игровые упражнения на закрепление изученных лыжных ход*ов |  |
| 22 | *Лыжные эстафеты* |  |
| 23 | *Игровые упражнения для развития выносливости.* |  |
| 24 | *Игры и игровые упражнения с преодолением препятствий* |  |
| 25 | *Эстафеты на развитие скоростных качеств* |  |
| 26 | *Мини-баскетбол* |  |
| 4 четверть |  | **8** |
| 27 | *Подвижные игры разных народов.* |  |
| 28 | *Подвижные игры с бегом и прыжками* |  |
| 29 | *Подвижные игры и игровые упражнения для развития силовых способностей.* |  |
| 30 | *Быстрее, выше, сильнее.* |  |
| 31 | *Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания* |  |
| 32 | *Игровые упражнения для развития ловкости и координации*  |  |
| 33 | *Подвижные игры с мячом* |  |
| 34 | *Мини-футбол* |  |
| ***Всего за год*** | **34** |