

**1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»**

**Личностные результаты:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные результаты:**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметные результаты:**

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять; находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»**

Программа рассчитана на четыре класса и на 4 блока. В первом классе 1 блок называется «Русские народные игры». Во втором классе 2 блок называется «Народные игры». В третьем классе 3 блок называется «Игры народов мира». В четвертом классе блок называется «Спортивные игры».

Предлагаемая рабочая программа знакомит учащихся с играми русского народа, народов России, народов мира, спортивными играми, игровыми ситуациями, в которых отражаются национальный аспект, истоки самобытности культуры народа.

Теоретический материал программы предлагается в форме бесед до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности, в ходе которых дети узнают много интересного об истории происхождения и развития различных игровых видов деятельности; знакомятся с правилами игры, правилами общения, правилами безопасного поведения на занятиях и во время самостоятельно организованных игр. В практическую часть программы помимо игр различных народов, входят комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов. Комплексы регулярно обновляются.

При проведении занятий учитываются индивидуальные особенности обучающихся, уровень их физической подготовленности и состояние здоровья.

**3. Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Характеристика деятельности учащихся** | **Дата** | | **Прим.** |
| **План** | **Факт** |  |
| 1. | «Обыкновенные жмурки,»  «У медведя во бору,»  «Палочка – выручалочка.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  |
| 2. | «Филин и пташки,» «Фанты,»  «Краски.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  |
| 3. | «Горелки,» «Кот и мыши,»  «Пятнашки.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  |
| 4. | «№Мячик кверху,» «Лапта.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  |
| 5. | «Ловишка в кругу,» «Заря,»  «Игровая.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  |
| 6. | «Почта,» «Коршун,»  «Гуси.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  |
| 7. | «Большой мяч,» «Пчёлки и ласточки,»  «Волк.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  |
| 8. | «Птицелов,» «Блуждающий мяч,»  «Шар.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  |
| 9. | «Посигутки,» «Выгони мяч,»  «Стадо.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10. | «Молчанка,» «Третий лишний,»  «Пятнашки.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | |  | |
| 11. | «Медный пень,» «День и ночь.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | |  | |
| 12. | «Липкие пеньки,» «Палка – кидалка.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 13. | «Ищем палочку,» «Волк и ягнята,» «Совушка.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 14. | «Выбей из круга,» «Палочка – стукалочка.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 15. | «Надень папаху,» «Подними платок.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 16. | «Слепой медведь,» «Бег к реке,»  «Достань шапку.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 17. | «Стой, олень!» «»Невод,»  «Птицелов.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 18. | «Ловля оленей,» «Продаём горшки.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 19. | «Котёл,» «Салка,»  «Круговой.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 20. | «Серый волк,» «Скок – поскок,»  «Продаём горшки.». | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 21. | «Хлопушки,» «Займи место,»  «Ловишки.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 22. | «Жмурки,» «Перехватчики,»  «Гуси – лебеди.»  «Лисички и курочки,»  «Угадай и догони.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 23. | «Мяч по кругу,» «Кто дальше бросит,» «Спутанные кони.»  «Кто первый?» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  |  | | |
| 24. | «Серый зайка,» «Водяной,»  «Догонялки.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | | |  |
| 25. | «Игра с платочком,» «Охота на  лося.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | | |  |
| 26. | «»Выбей из круга,» «Чиж,»  «Игра в башню.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | | |  |
| 27. | «Хищник в море,» «Рыбки,»  «Круговой.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | | |  |
| 28. | «Волк и жеребята,» «Ястреб и  утки.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | | |  |
| 29. | «Сокол и лиса,» «Один лишний,»  «Пятнашки.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | | |  |
| 30. | «Олени и пастухи,» «Ручейки и  озёра,» «Ловля оленей.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | | |  |
| 31. | «Рыбаки и рыбки,» «Куропатки  и охотники.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | | |  |
| 32. | «Здравствуй, догони!» «Один лишний,» «Серый волк.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | | |  |
| 33. | «Охота на волка,» «Ловкий оленевод,» «Успей поймать.» | Развивать скоростно-силовые способности,  смекалку, уметь самостоятельно играть в разученные игры. |  |  | | |  |