**Планируемые результаты освоения учебного предметного курса**

**Универсальными компетенциями** учащихся по курсу являются:

* умения организовывать собственную игровую деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
* умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в процессе игры;
* умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия в игре со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

* 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 играх и нестандартных ситуациях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

* 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 в процессе игры на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* организовывать самостоятельную игровую деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планировать собственную игровую деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
* управлять эмоциями в процессе игры со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

* 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.

 **Планируемые результаты освоения обучающимися**

**программы подвижных и спортивных игр.**

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности обучающиеся к окончанию начальной школы **должны:**

***иметь представление****:*

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

- о режиме дня и личной гигиене;

- о способах изменения направления и скорости движения;

- об играх разных народов;

- о разновидности спортивных игр;

- о соблюдении правил игры

***уметь****:*

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

- играть в подвижные и спортивные игры;

- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

- выполнять строевые упражнения;

- соблюдать правила игры.

**Ожидаемые результаты:**

- высокий уровень мотивации здорового образа жизни;

- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;

- формирование двигательных действий с мячом;

- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом,

- самостоятельная организация и проведение подвижных и спортивных игр в малых группах сверстников;

- соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;

- владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр – проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

Способы проверки: проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей), проведение массовых мероприятий, соревнований, конкурсов, праздников, тестирование, обобщающие и закрепляющие занятия.

**Содержание тем учебного курса**

1. **Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ.** (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактики и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

 **2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь** (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

**3. Подвижные игры с мячом.** Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.), «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке), «Вышибалы» (Правила игры, развитие навыков ловли и передачи мяча, метания по движущейся цели.), и т.д.

 **4. Занимательные игры.**

 Игры на развитие внимания:«Воробьи - вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попади мячом», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка».

Игры на координацию движений:«Вышибалы», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» «Хвостики», «Паровозики», «Часы пробили…», «Весёлая скакалка» и т.д.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема урока** | **Кол–во часов** | **Дата проведения** |
| **По плану** | **Коррекция** |
|  | **I четверть ( 8 часов)** |
| 1 | Беседа по технике безопасности, знакомство с правилами подвижных игр. | 1 | 1 неделя |  |
| 2 | Подвижные игры «Часы пробили…», «Разведчики». | 1 | 2 неделя |  |
| 3 | Красивая осанка. Подвижные игры «Хвостики», «Запрещённое движение». | 1 | 3 неделя |  |
| 4 | Учись быстроте и ловкости. Подвижные игры «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный». | 1 | 4 неделя |  |
| 5 | Сила нужна каждому. Подвижные игры «Быстрая тройка». | 1 | 5 неделя |  |
| 6 | Ловкий. Гибкий. Подвижные игры «Медведь спит, «Весёлая скакалка». | 1 | 6 неделя |  |
| 7 | Весёлая скакалка. Подвижная игра «Очистить свой сад от камней». | 1 | 7 неделя |  |
| 8 | Сила нужна каждому. Подвижные игры «Командные салки», «Сокол и голуби». | 1 | 8 неделя |  |
| **II четверть (8 часов)** |
| 9 | Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики». | 1 | 9 неделя |  |
| 10 |  Развитие быстроты. Кто быстрее?  | 1 | 10 неделя |  |
| 11 | Скакалочка - выручалочка. Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга». | 1 | 11 неделя |  |
| 12 | Подвижная игра «Лиса и цыплята». | 1 | 12 неделя |  |
| 13 | «Старт после броска», «Играй-играй, мяч не теряй». | 1 | 13 неделя |  |
| 14 | Подвижные игры «Охотники и дичь», «Сумей догнать». | 1 | 14 неделя |  |
| 15 | Ловкая и коварная гимнастическая палка, «Гонка с обручем». | 1 | 15 неделя |  |
| 16 | Подвижная игра «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч». | 1 | 16 неделя |  |
| **III четверть (9 часов)** |
| 17 | Развиваем точность движений. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот». | 1 | 17 неделя |  |
| 18 | Горка зовёт. Подвижные игры «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик». | 1 | 18 неделя |  |
| 19 | Зимнее солнышко. Подвижные игры «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик». | 1 | 19 неделя |  |
| 20 | Зимнее солнышко. Подвижная игра «Кто быстрее приготовиться». | 1 | 20 неделя |  |
| 21 | Штурм высоты. | 1 | 21 неделя |  |
| 22 | Подвижная игра «Салки» | 1 | 22 неделя |  |
| 23 | Закрепление. Игры «Салки» и другие по выбору учащихся. | 1 | 23 неделя |  |
| 24 | Мы строим крепость. Подвижная игра «Мороз – Красный нос». Игры по желанию учащихся. | 1 | 24 неделя |  |
| 25 | Круговая эстафета. | 1 | 25 неделя |  |
| **IV четверть (8 часов)** |
| 26 | «Погоня», «Снайперы». | 1 | 26 неделя |  |
| 27 | Удивительная пальчиковая гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч». | 1 | 27 неделя |  |
| 28 | Развитие скоростных качеств. Подвижные игры «Быстро в строй», командные «колдунчики». | 1 | 28 неделя |  |
| 29 | Развитие выносливости. Подвижные игры «мяч капитану», «Бездомный заяц», «Охотники и утки». | 1 | 29 неделя |  |
| 30 | Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг». | 1 | 30 неделя |  |
| 31 | Прыжок за прыжком. | 1 | 31неделя |  |
| 32 | Мир движений и здоровья. Подвижные игры «Гонка мячей», «Падающая палка». | 1 | 32 неделя |  |
| 33 | Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. Подвижные игры «Точный поворот», «Третий лишний». «Передал - садись». | 1 | 33 неделя |  |