

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
общеобразовательная школа-интернат № 1  
основного общего образования г.Томска

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ школы-интерната №1  
Бичикашвили Р.Г.  
Пр. № 1930/г от 30.08.2016



**Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»**

### **Пояснительная записка**

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО на основе «Рабочей программы по физической культуре 1 – 4 классов» В.И. Ляха, (Москва, «Просвещение» - 2016г.) В основу рабочей программы внеурочной деятельности секции «Подвижные игры» положены следующие нормативно-правовые и распорядительные документы:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Минобр и науки РФ от 6.10. 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие ФГОС НОО» (зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 г., рег. № 15785)
- Приказ Минобрнауки РФ от 26.11.2010 № 1241 «О внесении изменений во ФГОС НОО, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373» (зарегистрирован Минюстом России 4 февраля 2011 г., рег. № 19707)
- Приказ Минобрнауки РФ от 22.09.2011 № 2357 «О внесении изменений во ФГОС НОО, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373» (зарегистрирован Минюстом России 12 декабря 2011 г., рег. № 22540)
- Приказ Минобрнауки РФ от 31.01.2012г № 69 «О внесении изменений в федеральный компонент ГОС НОО, ООО, утвержденный приказом Минобр РФ от 5 марта 2004 г. № 1089»
- Приказ Минобрнауки РФ от 18.12.2012г № 1060 «О внесении изменений во ФГОС НОО, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373» (зарегистрирован Минюстом России 11 февраля 2013 г., рег. № 26993)
- Приказ Минобрнауки РФ от 29.12.2014г № 1643 «О внесении изменений в приказ Минобр науки РФ от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие ФГОС НОО, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373» (зарегистрирован Минюстом России 6 февраля 2015 г., рег. № 35916)
- Приказ Минобрнауки РФ от 31.12.2015г. № 1576 «О внесении изменений во ФГОС НОО, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373» (зарегистрировано в Минюсте России 02.02.2016г. № 40936)
- Фундаментальное ядро содержания общего образования/под ред. В.В.Козлова, А.М.Кондакова. – 2-е изд. – Москва, «Просвещение», 2010. (Стандарты второго поколения)
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания гражданина России/ под ред. А.Я.Данилюка, А.М.Кондакова, В.А.Тишкова; Москва, «Просвещение», 2009 (Стандарты второго поколения)
- Письма Министерства образования и науки РФ от 12.05.2011 №03-296 об организации внеурочной деятельности при введении федерального образовательного стандарта общего образования.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

#### **Цель:**

- создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

#### **Задачи:**

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической

культуры педагог реализует на основе *расширения межпредметных связей* из области разных предметов: литературного чтения, математики, окружающего мира, технологии.

*Связь с математикой.* С определёнными математическими понятиями на начальном этапе обучения учащиеся знакомятся при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три- (параллельные прямые), в круг -(окружность) и т.д. Счет предметов, сравнение предметов, устные вычислительные приемы и т.д.

*Связь с литературой.* В процессе игры дети знакомятся с русским народным творчеством: закличками, считалками, песнями, прибаутками, поговорками.

*Связь с окружающим миром.* Для характеристики того или иного периода школьникам напоминают исторические события этого периода, объясняют историческую обусловленность взглядов, идей. Важно познакомить учащихся с жизненными процессами организма не только в состоянии покоя, но и во время мышечной деятельности.

#### **Формы занятий:**

- подвижные игры;
- народные оздоровительные игры;
- прогулки;
- спортивно-оздоровительные часы;
- физкультурные праздники;
- спортивные соревнования.

На изучение курса в начальной школе выделяется **135 ч.**

**В 1 классе — 33 ч** (1 ч в неделю, 33 учебные недели).

**Во 2—4 классах** на занятия отводится по **34 ч** (1ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

### **1.Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

#### **«Подвижные игры»**

##### **1 класс**

##### ***Личностные УУД***

У выпускника будут сформированы:

- положительное отношение к процессу учения, к приобретению знаний и умений, стремление преодолевать возникающие затруднения;
- осознание себя как индивидуальности и одновременно как члена общества с ориентацией на проявление доброго отношения к людям, уважения к их труду, на участие в совместных делах, на помощь людям, в том числе сверстникам;
- умение выделять нравственный аспект поведения, соотносить поступки и события с принятыми в обществе морально-этическими принципами;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

*Выпускник получит возможность:*

- *открывать новое знание, новые способы действия, готовность преодолевать учебные затруднения и адекватно оценивать свои успехи и неудачи, умение сотрудничать.*

##### ***Регулятивные УУД:***

У выпускника будут сформированы:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- умения планирования общей цели и пути её достижения;
- умение распределять функции и роли в совместной деятельности;
- умение конструктивного разрешения конфликтов;
- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умение учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- умение различать способ и результат действия;

- умение вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

*Выпускник получит возможность:*

- *оценивать своё знание и незнание, умение и неумение, продвижение в овладении тем или иным знанием и умением по изучаемой теме;*
- *ставить учебно-познавательные задачи перед выполнением разных заданий;*
- *проявлять инициативу в постановке новых задач, предлагать собственные способы решения;*
- *адекватно оценивать результаты учебной деятельности, осознавать причины неуспеха и обдумывать план восполнения пробелов в знаниях и умениях.*

#### **Познавательные УУД:**

У выпускника будут сформированы:

- умения добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- умения перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- умения преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- умения устанавливать причинно-следственные связи;
- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- умения развивать физические способности;
- умение освоения правил здорового и безопасного образа жизни;
- умение повышать социальную и трудовую активность; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- умения организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- умения взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

*Выпускник получит возможность:*

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

#### **Коммуникативные УУД:**

У выпускника будут сформированы:

- умения взаимодействия, ориентации на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- умения адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- умения допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- умения учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- умения формулировать собственное мнение и позицию;
- умения договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умения совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- умения учиться выполнять различные роли в группе.

*Выпускник получит возможность:*

- *планировать, сотрудничая с взрослыми (учитель, родитель) и сверстниками, общие дела, распределять функции участников и определять способы их взаимодействия;*
- *уважать позицию партнёра, предотвращать конфликтную ситуацию при сотрудничестве, стараясь найти варианты её разрешения ради общего дела.*

### **Чтение. Работа с текстом.**

***Работа с текстом: поиск информации и понимание прочитанного***

Выпускник научится:

- находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде;
- сравнивать между собой объекты, описанные в тексте, выделяя два-три существенных признака;
- понимать информацию, представленную разными способами: словесно, в виде таблицы, схемы, диаграммы;
- понимать текст, опираясь не только на содержащуюся в нём информацию, но и на жанр, структуру, выразительные средства текста;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- использовать формальные элементы текста для поиска нужной информации.

### ***Работа с текстом: преобразование и интерпретация информации***

Выпускник научится:

- пересказывать текст подробно и сжато, устно;

### ***Работа с текстом: оценка информации***

Выпускник научится:

- оценивать содержание, определять место и роль иллюстративного ряда в тексте;
- участвовать в учебном диалоге при обсуждении прочитанного или прослушанного текста.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- соотносить позицию автора с собственной точкой зрения.

## **Формирование ИКТ-компетентности обучающихся**

### ***Знакомство со средствами ИКТ, гигиена работы с компьютером***

Выпускник научится:

- использовать безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, эргономичные приёмы работы с компьютером и другими средствами ИКТ; выполнять компенсирующие физические упражнения (минизарядку).

### ***Обработка и поиск информации***

Выпускник научится:

- искать информацию в соответствующих возрасту цифровых словарях и справочниках, базах данных, контролируемом Интернете, системе поиска внутри компьютера;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- грамотно формулировать запросы при поиске в Интернете и базах данных, оценивать, интерпретировать и сохранять найденную информацию; критически относиться к информации и к выбору источника информации.

## **2 класс**

### ***Личностные УУД***

У выпускника будут сформированы:

- положительное отношение к процессу учения, к приобретению знаний и умений, стремление преодолевать возникающие затруднения;
- осознание себя как индивидуальности и одновременно как члена общества с ориентацией на проявление доброго отношения к людям, уважения к их труду, на участие в совместных делах, на помощь людям, в том числе сверстникам;
- умение выделять нравственный аспект поведения, соотносить поступки и события с принятыми в обществе морально-этическими принципами;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

*Выпускник получит возможность:*

- *открывать новое знание, новые способы действия, готовность преодолевать учебные затруднения и адекватно оценивать свои успехи и неудачи, умение сотрудничать.*

#### **Регулятивные УУД:**

У выпускника будут сформированы:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- умения планирования общей цели и пути её достижения;
- умение распределять функции и роли в совместной деятельности;
- умение конструктивного разрешения конфликтов;
- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умение учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- умение различать способ и результат действия;
- умение вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

*Выпускник получит возможность:*

- *оценивать своё знание и незнание, умение и неумение, продвижение в овладении тем или иным знанием и умением по изучаемой теме;*
- *ставить учебно-познавательные задачи перед выполнением разных заданий;*
- *проявлять инициативу в постановке новых задач, предлагать собственные способы решения;*
- *адекватно оценивать результаты учебной деятельности, осознавать причины неуспеха и обдумывать план восполнения пробелов в знаниях и умениях.*

#### **Познавательные УУД:**

У выпускника будут сформированы:

- умения добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- умения перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- умения преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- умения устанавливать причинно-следственные связи;
- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- умения развивать физические способности;
- умение освоения правил здорового и безопасного образа жизни;
- умение повышать социальную и трудовую активность; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- умения организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- умения взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

*Выпускник получит возможность:*

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

#### **Коммуникативные УУД:**

У выпускника будут сформированы:

- умения взаимодействия, ориентации на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- умения адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- умения допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

- умения учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- умения формулировать собственное мнение и позицию;
- умения договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умения совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- умения учиться выполнять различные роли в группе.
- умения управлять своими эмоциями;
- умения раскрывать на примерах личностного опыта положительного влияния подвижных игр на физическое, личностное, социальное развитие.

*Выпускник получит возможность:*

- *планировать, сотрудничая с взрослыми (учитель, родитель) и сверстниками, общие дела, распределять функции участников и определять способы их взаимодействия;*
- *уважать позицию партнёра, предотвращать конфликтную ситуацию при сотрудничестве, стараясь найти варианты её разрешения ради общего дела.*

### **Чтение. Работа с текстом.**

#### ***Работа с текстом: поиск информации и понимание прочитанного***

Выпускник научится:

- находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде;
- сравнивать между собой объекты, описанные в тексте, выделяя два-три существенных признака;
- понимать информацию, представленную разными способами: словесно, в виде таблицы, схемы, диаграммы;
- понимать текст, опираясь не только на содержащуюся в нём информацию, но и на жанр, структуру, выразительные средства текста;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- *использовать формальные элементы текста для поиска нужной информации.*

#### ***Работа с текстом: преобразование и интерпретация информации***

Выпускник научится:

- пересказывать текст подробно и сжато, устно.

#### ***Работа с текстом: оценка информации***

Выпускник научится:

- оценивать содержание, определять место и роль иллюстративного ряда в тексте;
- участвовать в учебном диалоге при обсуждении прочитанного или прослушанного текста.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- *соотносить позицию автора с собственной точкой зрения.*

### **Формирование ИКТ-компетентности обучающихся**

#### ***Знакомство со средствами ИКТ, гигиена работы с компьютером***

Выпускник научится:

- использовать безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, эргономичные приёмы работы с компьютером и другими средствами ИКТ; выполнять компенсирующие физические упражнения (минизарядку).

#### ***Обработка и поиск информации***

Выпускник научится:

- искать информацию в соответствующих возрасту цифровых словарях и справочниках, базах данных, контролируемом Интернете, системе поиска внутри компьютера;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- *грамотно формулировать запросы при поиске в Интернете и базах данных, оценивать, интерпретировать и сохранять найденную информацию; критически относиться к*

*информации и к выбору источника информации.*

### **3 класс**

#### ***Личностные УУД***

У выпускника будут сформированы:

- положительное отношение к процессу учения, к приобретению знаний и умений, стремление преодолевать возникающие затруднения;
- осознание себя как индивидуальности и одновременно как члена общества с ориентацией на проявление доброго отношения к людям, уважения к их труду, на участие в совместных делах, на помощь людям, в том числе сверстникам;
- умение выделять нравственный аспект поведения, соотносить поступки и события с принятыми в обществе морально-этическими принципами;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий подвижными играми.

*Выпускник получит возможность:*

- *открывать новое знание, новые способы действия, готовность преодолевать учебные затруднения и адекватно оценивать свои успехи и неудачи, умение сотрудничать.*

#### ***Регулятивные УУД:***

У выпускника будут сформированы:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- умения планирования общей цели и пути её достижения;
- умение распределять функции и роли в совместной деятельности;
- умение конструктивного разрешения конфликтов;
- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умение учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- умение различать способ и результат действия;
- умение вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

*Выпускник получит возможность:*

- *оценивать своё знание и незнание, умение и неумение, продвижение в овладении тем или иным знанием и умением по изучаемой теме;*
- *ставить учебно-познавательные задачи перед выполнением разных заданий;*
- *проявлять инициативу в постановке новых задач, предлагать собственные способы решения;*
- *адекватно оценивать результаты учебной деятельности, осознавать причины неуспеха и обдумывать план восполнения пробелов в знаниях и умениях.*

#### ***Познавательные УУД:***

У выпускника будут сформированы:

- умения добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- умения перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- умения преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- умения устанавливать причинно-следственные связи;
- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- умения развивать физические способности;
- умение освоения правил здорового и безопасного образа жизни;
- умение повышать социальную и трудовую активность; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;



- умения организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- умения взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

*Выпускник получит возможность:*

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

#### **Коммуникативные УУД:**

У выпускника будут сформированы:

- умения взаимодействия, ориентации на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- умения адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- умения допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- умения учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- умения формулировать собственное мнение и позицию;
- умения договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умения совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- умения учиться выполнять различные роли в группе.
- умения управлять своими эмоциями;
- умения раскрывать на примерах личностного опыта положительного влияния подвижных игр на физическое, личностное, социальное развитие.

*Выпускник получит возможность:*

- *планировать, сотрудничая с взрослыми (учитель, родитель) и сверстниками, общие дела, распределять функции участников и определять способы их взаимодействия;*
- *уважать позицию партнёра, предотвращать конфликтную ситуацию при сотрудничестве, стараясь найти варианты её разрешения ради общего дела.*

### **Чтение. Работа с текстом.**

#### ***Работа с текстом: поиск информации и понимание прочитанного***

Выпускник научится:

- находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде;
- сравнивать между собой объекты, описанные в тексте, выделяя два-три существенных признака;
- понимать информацию, представленную разными способами: словесно, в виде таблицы, схемы, диаграммы;
- понимать текст, опираясь не только на содержащуюся в нём информацию, но и на жанр, структуру, выразительные средства текста;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- *использовать формальные элементы текста для поиска нужной информации.*

#### ***Работа с текстом: преобразование и интерпретация информации***

Выпускник научится:

- пересказывать текст подробно и сжато, устно.

#### ***Работа с текстом: оценка информации***

Выпускник научится:

- оценивать содержание, определять место и роль иллюстративного ряда в тексте;
- участвовать в учебном диалоге при обсуждении прочитанного или прослушанного текста.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- *соотносить позицию автора с собственной точкой зрения.*

## **Формирование ИКТ-компетентности обучающихся**

### ***Знакомство со средствами ИКТ, гигиена работы с компьютером***

Выпускник научится:

- использовать безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, эргономичные приёмы работы с компьютером и другими средствами ИКТ; выполнять компенсирующие физические упражнения (минизарядку).

### ***Обработка и поиск информации***

Выпускник научится:

- искать информацию в соответствующих возрасту цифровых словарях и справочниках, базах данных, контролируемом Интернете, системе поиска внутри компьютера;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- грамотно формулировать запросы при поиске в Интернете и базах данных, оценивать, интерпретировать и сохранять найденную информацию; критически относиться к информации и к выбору источника информации.

## **4 класс**

### ***Личностные УУД***

У выпускника будут сформированы:

- положительное отношение к процессу учения, к приобретению знаний и умений, стремление преодолевать возникающие затруднения;
- осознание себя как индивидуальности и одновременно как члена общества с ориентацией на проявление доброго отношения к людям, уважения к их труду, на участие в совместных делах, на помощь людям, в том числе сверстникам;
- умение выделять нравственный аспект поведения, соотносить поступки и события с принятыми в обществе морально-этическими принципами;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий подвижными играми;
- проявления дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- ориентация на понимание причин успеха во внеурочной деятельности.

*Выпускник получит возможность:*

- открывать новое знание, новые способы действия, готовность преодолевать учебные затруднения и адекватно оценивать свои успехи и неудачи, умение сотрудничать;
- быть готовым к преодолению трудностей, быть целеустремленным и настойчивым в достижении целей.

### ***Регулятивные УУД:***

У выпускника будут сформированы:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- умения планирования общей цели и пути её достижения;
- умение распределять функции и роли в совместной деятельности;
- умение конструктивного разрешения конфликтов;
- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умение учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- умение различать способ и результат действия;
- умение вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

*Выпускник получит возможность:*

- *оценивать своё знание и незнание, умение и неумение, продвижение в овладении тем или иным знанием и умением по изучаемой теме;*
- *ставить учебно-познавательные задачи перед выполнением разных заданий;*
- *проявлять инициативу в постановке новых задач, предлагать собственные способы решения;*
- *адекватно оценивать результаты учебной деятельности, осознавать причины неуспеха и обдумывать план восполнения пробелов в знаниях и умениях.*

***Познавательные УУД:***

У выпускника будут сформированы:

- умения добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- умения перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- умения преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- умения устанавливать причинно-следственные связи;
- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- умения развивать физические способности;
- умение освоения правил здорового и безопасного образа жизни;
- умение повышать социальную и трудовую активность; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- умения организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- умения взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

*Выпускник получит возможность:*

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

***Коммуникативные УУД:***

У выпускника будут сформированы:

- умения взаимодействия, ориентации на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- умения адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- умения допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- умения учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- умения формулировать собственное мнение и позицию;
- умения договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умения совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- умения учиться выполнять различные роли в группе.
- умения управлять своими эмоциями;
- умения раскрывать на примерах личностного опыта положительного влияния подвижных игр на физическое, личностное, социальное развитие.

*Выпускник получит возможность:*

- *планировать, сотрудничая с взрослыми (учитель, родитель) и сверстниками, общие дела, распределять функции участников и определять способы их взаимодействия;*
- *уважать позицию партнёра, предотвращать конфликтную ситуацию при сотрудничестве, стараясь найти варианты её разрешения ради общего дела.*

**Чтение. Работа с текстом.**

### ***Работа с текстом: поиск информации и понимание прочитанного***

Выпускник научится:

- находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде;
- сравнивать между собой объекты, описанные в тексте, выделяя два-три существенных признака;
- понимать информацию, представленную разными способами: словесно, в виде таблицы, схемы, диаграммы;
- понимать текст, опираясь не только на содержащуюся в нём информацию, но и на жанр, структуру, выразительные средства текста;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- использовать формальные элементы текста для поиска нужной информации.

### ***Работа с текстом: преобразование и интерпретация информации***

Выпускник научится:

- пересказывать текст подробно и сжато, устно.

### ***Работа с текстом: оценка информации***

Выпускник научится:

- оценивать содержание, определять место и роль иллюстративного ряда в тексте;
- участвовать в учебном диалоге при обсуждении прочитанного или прослушанного текста.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- соотносить позицию автора с собственной точкой зрения.

## **Формирование ИКТ-компетентности обучающихся**

### ***Знакомство со средствами ИКТ, гигиена работы с компьютером***

Выпускник научится:

- использовать безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, эргономичные приёмы работы с компьютером и другими средствами ИКТ; выполнять компенсирующие физические упражнения (минизарядку).

### ***Обработка и поиск информации***

Выпускник научится:

- искать информацию в соответствующих возрасту цифровых словарях и справочниках, базах данных, контролируемом Интернете, системе поиска внутри компьютера;

*Выпускник получит возможность научиться:*

- грамотно формулировать запросы при поиске в Интернете и базах данных, оценивать, интерпретировать и сохранять найденную информацию; критически относиться к информации и к выбору источника информации.

## **2. Содержание курса с указанием форм организации и видов деятельности**

Результаты внеурочной деятельности распределяются по трем уровням.

*Первый уровень результатов* – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни, значения понятия «ЗОЖ» и основных его принципов; овладение комплексом упражнений лечебной и дыхательной гимнастики.

*Второй уровень результатов* – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом, знание правил построения и применения комплексов упражнений ЛФК, знание уровня своей физической подготовленности, улучшение его при помощи самостоятельных занятий.

*Третий уровень результатов* – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным

человеком, понимает собственную ответственность за собственное здоровье, осваивает нетрадиционные методы укрепления здоровья.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

## **1 класс**

### **Раздел 1. Современные подвижные игры (33 ч.)**

Тема 1 Здоровый образ жизни (1ч)

Тема 2 Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч)

Тема 3 Личная гигиена (1ч)

Тема 4 Профилактика травматизма (4ч)

Тема 5 Нарушение осанки (2ч)

Тема 6.Современные подвижные игры (24ч): «Мяч по кругу», «Поймай рыбку», «Цепи кованы», «Змейка на асфальте», «Бег с шариком», «Нас не слышно и не видно», «Третий лишний», «Ворота», «Чужая палочка», «Белки, шишки и орехи», «Пустое место», «Круговая охота», «Команда быстроногих», «Эстафета с булавами», «След в след», «Мишень», «С кочки на кочку», «Без пары», «Веревочка», «Плетень», «Кто больше», «Успевай, не зевай», «День и ночь», «Кто подходил?», «Караси и щука», «Белый медведь», «Два Мороза», «Охотники и утки», «Бомбардировка», «Встречная эстафета», «Метание в цель», «Гонка мячей над головой, сидя в колоннах».

#### **Формы и виды деятельности:**

- беседы о ЗОЖ;
- оздоровительные процедуры;
- физкультурные и спортивные занятия;
- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- спортивные и оздоровительные акции (соревнования, турниры, показательные выступления, мастер-классы, дни здоровья и т.п.), организуемые педагогом.

## **2 класс**

### **Раздел 2. Старинные подвижные игры (34 ч.)**

Тема 1. Здоровый образ жизни (1ч)

Тема 2. Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч)

Тема 3. Личная гигиена (1ч)

Тема 4. Профилактика травматизма (3ч)

Тема 5. Нарушение осанки (2ч)

Тема 6. Старинные подвижные игры. Культура и этикет (26ч): «Двенадцать палочек», «Катание яиц», «Чижик», «Пустое место», «Городки», «Пятнашки», «Волки и овцы», «Намотай ленту», «Лапта», «Без соли соль», «Чет-нечет», «Серый волк», «Ловись, рыбка, большая и маленькая», «Платок», «Кто боится колдуна?», «Догонялки на санках», «Лучники», «Волк», «Камнепад», «Горелки», «Шаровки», «Штандер», «Рыбки», «Бабки», «Казачьи-разбойники», «Пятнашки со скакалкой», «Кот и мыши», «Птица и клетка», «Али – баба», «Белки, зайцы, мышки».

#### **Формы и виды деятельности:**

- беседы о ЗОЖ;
- оздоровительные процедуры;
- физкультурные и спортивные занятия;
- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- спортивные и оздоровительные акции (соревнования, турниры, показательные выступления, мастер-классы, дни здоровья и т.п.), совместно организуемые школьниками и педагогом в виде коллективных творческих дел – КТД.

## **3 класс**

### **Раздел 3. Русские народные игры и забавы (34ч.)**

Тема 1. Здоровый образ жизни (1ч)

Тема 2. Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч)

Тема 3. Личная гигиена (1ч)

Тема 4. Профилактика травматизма (3ч)

Тема 5. Нарушение осанки (1ч)

Тема 6. Русские народные игры и забавы (27ч): «Щука», «Водяной», «Третий лишний», «На золотом крыльце сидели», «Кандалы», «Ворота», «Слон», «Козёл», «Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Прыгуны», «Лошади», «Птичка и клетка», «Северный и южный ветер», «Бой петухов», «Караси и щука», «Лиса в курятнике», «Река и ров», «Горячая картошка», «Заяц без логова», «Подвижная цель», «Бредень», «Заколдованный замок», «Али – баба», «Два Мороза», «Жар – птица», «Перетягивание воза», «Горелки», «Гуси – лебеди», «Бой петухов», «Лапта».

**Формы и виды деятельности:**

- беседы о ЗОЖ;
- оздоровительные процедуры;
- физкультурные и спортивные занятия;
- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- спортивные и оздоровительные акции (соревнования, турниры, показательные выступления, мастер-классы, дни здоровья и т.п.), совместно организуемые школьниками и педагогом для малышей, сверстников, учителей, родителей;
- спортивные и оздоровительные акции (соревнования, турниры, показательные выступления, мастер-классы, дни здоровья и т.п.), совместно организуемые школьниками и педагогом в окружающем школу социуме.

**4 класс**

**Раздел 4. Русские игровые традиции (34ч.)**

Тема 1. Здоровый образ жизни (1ч)

Тема 2. Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч)

Тема 3. Личная гигиена (1ч)

Тема 4. Профилактика травматизма (2ч)

Тема 5. Нарушение осанки (1ч)

Тема 6. Русские игровые традиции (27ч): «Зазывалки», «Жребий», «Волки во рву», «Волки и овцы», «Медведь и вожак», «Водяной», «Невод», «Чехарда», «Птицелов», «Жмурки», «Дуга», «Кот и мышь», «Ляпка», «Заря», «Гуси», «Удар по веревочке», «Зайки», «Прыганье со связанными ногами», «У медведя во бору», «Гуси», «Бой петухов», «Переездной конь», «Зелёная репка», «Дударь», «Капустка», «Солнышко», «В круги», «Медом или сахаром», «Горячее место», «Бездомный заяц».

**Формы и виды деятельности:**

- беседы о ЗОЖ;
- оздоровительные процедуры;
- физкультурные и спортивные занятия;
- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- спортивные и оздоровительные акции (соревнования, турниры, показательные выступления, мастер-классы, дни здоровья и т.п.), совместно организуемые школьниками и педагогом для малышей, сверстников, учителей, родителей;
- спортивные и оздоровительные акции (соревнования, турниры, показательные выступления, мастер-классы, дни здоровья и т.п.), совместно организуемые школьниками и педагогом в окружающем школу социуме.

### 3. Тематическое планирование курса «Подвижные игры»

#### 1 класс (33ч)

№	Тема	Кол-во часов
<b>Современные подвижные игры (33 ч.)</b>		
1	Здоровый образ жизни.	1
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1
3	Личная гигиена.	1
4	Профилактика травматизма.	4
5	Нарушение осанки.	2
6	Современные подвижные игры: «Мяч по кругу», «Поймай рыбку», «Цепик», «Змейка на асфальте», «Бег с шариком», «Нас не слышно и не видно», «Третий лишний», «Ворота», «Чужая палочка», «Белки, шишки и орехи», «Пустое место», «Круговая охота», «Команда быстроногих», «Эстафета с булавами», «След в след», «Мишень», «С кочки на кочку», «Без пары», «Веребочка», «Плетень», «Кто больше», «Успевай, не зевай», «День и ночь», «Кто подходил?», «Караси и щука», «Белый медведь», «Два Мороза», «Охотники и утки», «Бомбардировка», «Встречная эстафета», «Метание в цель», «Гонка мячей над головой, сидя в колоннах».	24
	Итого:	33

#### 2 класс (34ч)

№	Тема	Кол-во часов
<b>«Старинные подвижные игры»</b>		
1	Здоровый образ жизни.	1
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1
3	Личная гигиена.	1
4	Профилактика травматизма.	3
5	Нарушение осанки.	2
6	Современные подвижные игры. Культура и этикет: «Двенадцать палочек», «Катание яиц», «Чижик», «Пустое место», «Городки», «Пятнашки», «Волки и овцы», «Намотай ленту». «Лапта», «Без соли соль», «Чет-нечет», «Серый волк», «Ловись, рыбка, большая и маленькая», «Платок», «Кто боится колдуна?», «Догонялки на санках», «Лучники», «Волк», «Камнепад», «Горелки», «Шаровки», «Штандер», «Рыбки», «Бабки», «Казачьи разбойники», «Пятнашки со скакалкой», «Кот и мыши», «Птица и клетка», «Али – баба», «Белки, зайцы, мышки».	26
	Итого:	34

#### 3 класс (34ч)

№	Тема	Кол-во часов
<b>«Русские народные игры и забавы»</b>		
1.	Здоровый образ жизни.	1
2.	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1
3.	Личная гигиена.	1
4.	Профилактика травматизма.	3
5.	Нарушение осанки.	1

6.	Современные подвижные игры: «Щука», «Водяной», «Третий лишний», «На золотом крыльце сидели», «Кандалы», «Ворота», «Слон», «Козёл», «Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Прыгуны», «Лошади», «Птичка и клетка», «Северный и южный ветер», «Бой петухов», «Караси и щука», «Лиса в курятнике», «Река и ров», «Горячая картошка», «Заяц без логова», «Подвижная цель», «Бредень», «Заколдованный замок», «Али – баба», «Два Мороза», «Жар – птица», «Перетягивание воза», «Горелки», «Гуси – лебеди», «Бой петухов», «Лапта».	27
	Итого:	34

#### 4 класс (34ч)

№	Тема	Кол-во часов
«Русские игровые традиции»		
1	Здоровый образ жизни.	1
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1
3	Личная гигиена.	1
4	Профилактика травматизма.	3
5	Нарушение осанки.	1
6	Современные подвижные игры: «Зазывалки», «Жребий», «Волки во рву», «Волки и овцы», «Медведь и вожак», «Водяной», «Невод», «Чехарда», «Птицелов», «Жмурки», «Дуга», «Кот и мышь», «Ляпка», «Заря», «Гуси», «Удар по веревочке», «Зайки», «Прыганье со связанными ногами», «У медведя во бору», «Гуси», «Бой петухов», «Переездной конь», «Зелёная репка», «Дударь», «Капустка», «Солнышко», «В круги», «Медом или сахаром», «Горячее место», «Бездомный заяц».	27
	Итого:	34

#### Приложение

##### Описание материально – технического обеспечения образовательного процесса

Наименование объектов и средств материально - технического обеспечения	Количество
<i>Ф -комплект для фронтальной работы (не менее одного на двух учеников)</i>	
<i>К – полный комплект (на каждого ученика класса)</i>	
<i>П – комплект для работы в группах (один на 5-6 учащихся)</i>	
<i>Д - демонстрационный экземпляр (не менее одного на класс)</i>	
Стенка гимнастическая	Д
Скамейки гимнастические	Д
Мостик гимнастический	Д
Козел гимнастический	Д
Палки гимнастические	К
Скакалка детская	К
Обручи гимнастические	К
Маты гимнастические	К
Мячи: мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи средние резиновые, мячи большие (резиновые, футбольные, баскетбольные, волейбольные)	К
Кегли	К
Рулетка измерительная	Д