**« Спортландия»**

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

**Личностные результаты:**

 У выпускника будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;

- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно -познавательные и внешние мотивы;

- учебно ­познавательный интерес к учебному материалу и способам решения задачи;

- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;

- способность к оценке своей учебной деятельности;

- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;

- развитие этических чувств - стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;

- установка на здоровый образ жизни;

- основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;

- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой.

Выпускник получит возможность для формирования:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на приципах 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**

**Регулятивные.**

Выпускник научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;

- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;

- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату (в случае работы в интерактивной среде пользоваться реакцией среды решения задачи);

- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи и задачной области;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

- различать способ и результат действия;

Выпускник получит возможность научиться:

-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;

- 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 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.

• 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 и заменяющихся, вариативных условиях.

**Коммуникативные.**

Выпускник научится:

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;

- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;

- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;

- осуществлять синтез как составление целого из частей;

- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;

- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;

- устанавливать аналогии;

Выпускник получит возможность научиться:

- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;

- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;

- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

- осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;

- произвольно и осознанно владеть общими приемами решения задач.

**Познавательные.**

Выпускник научится:

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;

- задавать вопросы;

- контролировать действия партнера;

- использовать речь для регуляции своего действия;

- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Выпускник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;

- понимать относительность мнений и подходов к решению проблем;

- аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций всех участников;

- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;

- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач, планирования и регуляции своей деятельности.

**Предметные результаты:**

- улучшение физических, физиологических и психических возможностей с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

- осознание целостности окружающего мира, освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;

- развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире.

**2.Содержание курса внеурочной деятельности с указанием формы организации и видов деятельности.**

**1 класс.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Содержание занятия. |
| 1. | Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо». Русская народная игра «Горелки», "Передал - садись". |
| 2. | Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне». Русская народная игра «Жмурки». |
| 3. | Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо". Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень». |
| 4. | Подвижная игра "Жмурки","Летает, не летает". Бурятская народная игра «Ищем палочку». |
| 5. | Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка".Эстафета «Передача мяча». |
| 6. | Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".Эстафета «С мячом». |
| 7. | Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок". Русская народная игра «Кот и мышь». |
| 8. | Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?". Русская народная игра «Горелки». |
| 9. | Подвижная игра "Кого назвали, тот ловит", "Воротца". Бурятская народная игра «Ищем палочку» |
| 10. | Подвижная игра "Воробьи и кошка". Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок». |
| 11. | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему". Эстафета «Быстрые и ловкие». |
| 12. | Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч". Эстафета «Вызов номеров» |
| 13. | Подвижная игра "Совушка". Сюжетные игры:«Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята». |
| 14. | Подвижная игра "Жмурки». Бессюжетные игры: «Класс смирно!», «Запрещенное движение», |
| 15. | Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники". Теоретико-практическое занятие (марафон игр) «Что мы знаем об играх». |
| 16. | Веселые старты. Игра "Кто быстрее? «Фестиваль подвижных игр». |

**2 класс.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Содержание занятия. |
| 1. | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод". Русская народная игра «Салки». |
| 2. | Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры". Русская народная игра «Пятнашки» |
| 3. | Подвижная игра "Ключи". Татарская народная игра «Серый волк». |
| 4. | Подвижная игра "Хитрая лиса". Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки». |
| 5. | Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает". Эстафета по кругу. |
| 6. | Подвижная игра "Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает". Эстафета с обручем. |
| 7. | Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне".Русская народная игра «Птицелов». |
| 8. | Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо". Русская народная игра «Охотники и зайцы». |
| 9. | Подвижная игра "Воробьи и кошка." Чувашская игра «Рыбки». |
| 10. | Подвижная игра "Мяч в воздухе". Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень». |
| 11. | Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Кто ушел?". «Эстафета со скакалкой». |
| 12. | Подвижная игра "Медведи и пчелы", "Воротца". Эстафета по кругу. |
| 13. | Подвижная игра "Медведи и пчелы "Угадай, чей голосок".Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки». |
| 14. | Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники".Сюжетные игры: «Космонавты», «Море волнуется», «Волк во рву»,«Медведь и пчелы». |
| 15. | Подвижная игра "Совушка", "Угадай, чей голосок".Бессюжетные игры: «К своим флажкам», «Пустое место», «Карлики и великаны»,«Найди себе пару». |
| 16. | Подвижная игра "Карусель». Теоретико-практическое занятие (марафон игр). «Что мы знаем об играх». |
| 17. | Веселые старты. Игра "Кто быстрее? «Фестиваль подвижных игр». |

**3 класс.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Содержание занятия. |
| 1. | Подвижная игра ""Волк на рву". Русская народная игра «Фанты». |
| 2. | Подвижная игра "Удочка", "Мяч водящему". Русская народная игра «Ловушки с приседаниями». |
| 3. | Подвижная игра "Медведь и пчелы", игра "Мяч в воздухе". Русская народная игра «Волк».  |
| 4. | Подвижная игра «Совушка». Русская народная игра «Птицелов». |
| 5. | Подвижная игра «Мышеловка». Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки». |
| 6. | Подвижная игра «Пустое место». Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок». |
| 7. | Подвижная игра «Карусель». Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой». |
| 8. | Подвижная игра «Кто быстрее?». Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!». |
| 9. | Подвижная игра «Конники-спортсмены». Игры народов Коми «Невод»,»Стой, олень!» |
| 10. | Подвижная игра «Лягушата и цыплята». Марийская народная игра «Катание мяча». |
| 11. | Подвижная игра «Карлики и великаны». Эстафета «Встречная». |
| 12. | Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо". Эстафета «Быстрые и ловкие». |
| 13. | Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне". Эстафета с мячом. |
| 14. | Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок".Сюжетные игры : «Вороны и воробьи», «Ловишки-перебежки», «Салки», «Хвостики», «Коршун и наседка», «Колдунчики», «Кот идет». |
| 15. | Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники".Бессюжетные игры: «Чья команда быстрее построится», «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры». |
| 16. | Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры". Теоретико-практическое занятие (марафон игр) «Что мы знаем об играх». |
| 17. | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему". Веселые старты. Игра "Кто быстрее? «Фестиваль подвижных игр». |

**4 класс.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Содержание занятия. |
| 1. | Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".Эстафета «С мячом». |
| 2. | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему". Эстафета «Быстрые и ловкие». |
| 3. | Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо". Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень». |
| 4. | Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?". Русская народная игра «Горелки». |
| 5. | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод". Русская народная игра «Салки». |
| 6. | Подвижная игра «Пустое место». Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок». |
| 7. | Подвижная игра "Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает". Эстафета с обручем. |
| 8. | Подвижная игра «Совушка». Русская народная игра «Птицелов». |
| 9. | Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает". Эстафета по кругу. |
| 10. | Подвижная игра "Удочка", "Мяч водящему". Русская народная игра «Ловушки с приседаниями». |
| 11. | Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка".Эстафета «Передача мяча». |
| 12. | Подвижная игра "Ключи". Татарская народная игра «Серый волк».Бессюжетные игры: «У ребят порядок строгий»,«Удочка», «Невод», «Третий лишний». |
| 13. | Подвижная игра «Пустое место». Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок». |
| 14. | Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники".Сюжетные игры: «Не ошибись» (с рисунками зверей и птиц), «Кошки-мышки», «Птицы без гнезда», «Шишки, желуди, орехи» |
| 15. | Подвижная игра «Лягушата и цыплята». Бессюжетные игры: «Чья команда быстрее построится», «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры», «Увернись от мяча»,«Быстро по местам». |
| 16. | Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры". Теоретико-практическое занятие (марафон игр) «Что мы знаем об играх». |
| 17. |  Веселые старты. Игра "Кто быстрее? «Фестиваль подвижных игр». |

**Формы организации.**

В основу программы положены знания, базирующиеся на научных экспериментах, выполненных в различных отраслях науки, таких как педагогика, физиология, психология, спортивная медицина и мой практический опыт. Программа состоит из теоретической и практической части.

Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседу с учащимися, показ изучаемых элементов ритмики, подвижных игр, просмотр видеофильмов и презентаций. В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий. Изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия.

Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями, физическими упражнениями. Двигательный опыт учащихся обогащается подвижными играми, ритмико-гимнастическими упражнениями и элементами детского фитнеса. Занятия предполагают нахождение детей на свежем воздухе в тёплое время года.

**Виды деятельности.**

1.Спортивно-оздоровительная. Оздоро­ви­тельные паузы комбинируются, включая фи­зические упражне­ния для осанки и несколько упражнений для глаз, рук или стоп и т.д. За­дача оздоро­вительных пауз — дать знания, вы­работать умения и навыки, необходимые каждому ре­бёнку для ук­репления позвоночника, стоп, рук, для красивой осанки, снятия ус­талости, обретения спокойствия и равнове­сия.

 2. Игровая. Игровая деятельность представлена 5 темами: «Сюжетные игры», «Бессюжетные игры», «Игры с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр», «Фестиваль подвижных игр», Теоретико-практическое занятие (марафон игр) «Что мы знаем об играх».

Подвижная игра – это относительно самостоятельная деятельность детей, в которой ярко выражена роль движений. Игры - естественный источник радостных эмоций, самовыражения. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики и воспитания. Игра – ведущая деятельность детей. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, развитию физических качеств, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма е более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

**Порядок работы с играми:**

-Название игры

-Знакомство с содержанием игры

-Объяснение правил игры

-Разучивание игры

-Проведение игры.

**1. Сюжетные игры** «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «Космонавты», «Море волнуется», «Волк во рву»,«Медведь и пчелы», «Зайцы и волк»,«Воробушки и кот»,«Белые медведи», «Вороны и воробьи», «Ловишки-перебежки», «Салки», «Хвостики», «Коршун и наседка», «Колдунчики», «Кот идет», «Не ошибись» (с рисунками зверей иптиц), «Кошки-мышки», «Птицы без гнезда», «Шишки, желуди, орехи».Для сюжетных игр характерны роли с соответствующими для них двигательными действиями. Сюжет может быть образный («Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробушки и кот») и условный (ловишки, пятнашки, перебежки).

**2. Бессюжетные игры.** В бессюжетных играх все дети выполняют одинаковые движения. «Класс смирно!», «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Пустое место», «Карлики и великаны»,«Найди себе пару», «Чья команда быстрее построится», «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры», «Увернись от мяча»,«Быстро по местам»,«У ребят порядок строгий»,«Удочка», «Невод», «Третий лишний».

**3. Игры с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.**

Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метании);

подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

**4. «Фестиваль подвижных игр».**

**5. Теоретическое занятие (просмотр учебных фильмов, презентаций)**

«Что мы знаем об играх».

**Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

 **«Спортландия»**

**1 класс.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Название темы. | Количество часов. |
| 1. | Подвижные игры.Сюжетные игры  | 1час |
| 2. | Подвижные игры. Русские народные игры. | 4 часа |
| 3. | Подвижные игры. Игры народов мира. | 4 часа |
| 4. | Подвижные игры. Бессюжетные игры. | 1 час |
| 5. | Подвижные игры. Игры с элементами лёгкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. | 4 часа |
| 6. | Подвижные игры. Теоретическое занятие (просмотр учебного фильма) «Что мы знаем об играх?» | 1 час |
| 7. | «Фестиваль подвижных игр». | 1 час |
|  |  Итого | 16 часов |

**2 класс.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Название темы. | Количество часов. |
| 1. | Подвижные игры.Сюжетные игры  | 1 час |
| 2. | Подвижные игры. Русские народные игры. | 4 часа |
| 3. | Подвижные игры. Игры народов мира. | 5часов |
| 4. | Подвижные игры. Бессюжетные игры. |  1 час |
| 5. | Подвижные игры. Игры с элементами лёгкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. |  4 часа |
| 6. | Подвижные игры. Теоретическое занятие (просмотр учебного фильма) «Что мы знаем об играх?» |  1 часа |
| 7. | «Фестиваль подвижных игр». |  1 час |
|  |  Итого | 17 часов |

**3 класс.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Название темы. | Количество часов. |
| 1. | Подвижные игры.Сюжетные игры  |  1час |
| 2. | Подвижные игры. Русские народные игры. |  4часа |
| 3. | Подвижные игры. Игры народов мира. |  6часов |
| 4. | Подвижные игры. Бессюжетные игры. |  1час |
| 5. | Подвижные игры. Игры с элементами лёгкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. | 3часа |
| 6. | Подвижные игры. Теоретическое занятие (просмотр учебного фильма) «Что мы знаем об играх?» |  1час |
| 7. | «Фестиваль подвижных игр». | 1 час |
|  |  Итого | 17 часов |

**4 класс.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Название темы. | Количество часов. |
| 1. | Подвижные игры.Сюжетные игры  | 1час |
| 2. | Подвижные игры. Русские народные игры. |  4часа |
| 3. | Подвижные игры. Игры народов мира. |  3часа |
| 4. | Подвижные игры. Бессюжетные игры. | 2 часа |
| 5. | Подвижные игры. Игры с элементами лёгкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. |  5часов |
| 6. | Подвижные игры. Теоретическое занятие (просмотр учебного фильма) «Что мы знаем об играх?» |  1час |
| 7. | «Фестиваль подвижных игр». | 1час |
|  |  Итого | 17 часов |