****

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Результаты освоения курса внеурочной деятельности | 3 |
| 2 | Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности | 4 |
| 3 | Тематическое планирование | 8 |

**1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Личностные результаты:**

1) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

2) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

3) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

4) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

5) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

6) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

7) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

**Метапредметные результаты:**

1) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

2) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

3) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

4) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

5) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

6) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

1. **год реализации (модуль 1)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание** | **Формы** **организации**  | **Виды** **деятельности** |
| **1.** | **Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ** Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена | Познавательная беседа, игрыконкурсы | Познавательная, спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **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.  | Познавательная беседа, соревнования | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **3.** | **Подвижные игры с мячом.** «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. «Попади мячом», «Игра с мячом», | Подвижные игры | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **4.**  | **Занимательные игры.** Игры на развитие внимания: «Воробьи - вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка».Игры на координацию движений: «Вышибалы», «Охотники и утки», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка».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» | Подвижные игры | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **5.** | **Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом.** Правила техники безопасности при организации занятий физической культурой и спортом | Познавательная беседа,  | Познавательная |
| **6.** | **Общая физическая подготовка**Общая культура движений, укрепление здоровья, содействие развитию и совершенствованию умений и навыков, развитие основных физических качеств | Конкурсы | Спортивно-оздоровительная деятельность |

1. **год реализации (модуль 2)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Формы** **организации**  | **Виды** **деятельности** |
| 1. | **Формирование системы элементарных знаний о** ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом. | Познавательная беседа, игрыконкурсы | Познавательная, спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **2.** | **Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь** Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта. | Познавательная беседа, игрыконкурсы | Познавательная, спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **3.** | **Подвижные игры с мячом.** «Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом). «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке). «Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования).  | Подвижные игры | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **4.** | **Игровые упражнения.** «По мостику» (Перебраться с одной стороны площадки на другую по линиям разметки). «Через ручеёк» (Правила передвижения через канат). «Бросок в цель» (Сбивание волейбольного мяча теннисными). «Боулинг» (Перекатывание мячей с одной стороны площадки на другую). | Соревнования | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **5.** | **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 с картинками», «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», «Заяц без логова», «Гуси», «Горелка», «Рыбаки и рыбки» и т.д.  | Подвижные игры | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **6.** | **Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом**Правила техники безопасности при организации занятий физической культурой и спортом | Познавательная беседа, викторина | Познавательная |
| **7.** | **Общая физическая подготовка**Общая культура движений, укрепление здоровья, содействие развитию и совершенствованию умений и навыков, развитие основных физических качеств | Конкурсы | Спортивно-оздоровительная деятельность |

1. **год реализации (модуль 3)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание** | **Формы** **организации**  | **Виды** **деятельности** |
| **1.** | **Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ.** Физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом. | Познавательная беседа, игрыконкурсы | Познавательная, спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **2.** | **Подвижные игры без мячей.**Игры на развитие внимания: «Воробьи- вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка» и т.д. | Подвижные игры | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **3.** | **Эстафеты.** Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» и т.д. Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.  | Эстафеты, соревнования | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **4.** | **Подвижные игры с мячами.** «Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом). «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке). «Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования), «Пионербол» (Правила игры, подачи, прием мяча,  | Подвижные игры, соревнования | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **5.** | **Спортивные игры** «Пионербол» Правила игры, подачи, прием мяча, |  |  |
| **6.** | **Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом**Правила техники безопасности при организации занятий физической культурой и спортом | Познавательная беседа, | Познавательная, |
| **7.** | **Общая физическая подготовка**Общая культура движений, укрепление здоровья, содействие развитию и совершенствованию умений и навыков, развитие основных физических качеств | Соревнования | Спортивно-оздоровительная деятельность |

1. **год реализации (модуль 4)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание** | **Формы** **организации**  | **Виды деятельности** |
| **1** | **Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом**Правила техники безопасности при организации занятий физической культурой и спортом | Познавательная беседа | Познавательная |
| **2** | **Формирование системы элементарных знаний о** ЗОЖ. Знания о собственном организме, гигиенических требованиях при занятиях физической культурой и спортом. | Познавательная беседа, игрыконкурсы | Познавательная, спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **3** | **Подвижные игры без мячей.**Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «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» и т.д | Подвижные игры, соревнования | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **4** | **Эстафеты.**Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли, гимнастические палки и т.д.)  | Эстафеты,соревнования | Спортивно-оздоровительная деятельность, игровая деятельность |
| **5** | **Специальная физическая подготовка.** Физические упражнения игрового характера, способствующие обучению основным техническим приемам различных игр с мячом (передай мяч, поймай мяч, добрось мяч до ориентира и др.) | Соревнования | Спортивно-оздоровительная деятельность |
| **6** | **Общая физическая подготовка**Общая культура движений, укрепление здоровья, содействие развитию и совершенствованию умений и навыков, развитие основных физических качеств | Соревнования | Спортивно-оздоровительная деятельность |
| **7** | **Спортивные игры**: «Пионербол» (Правила игры, подачи, прием мяча, тактика нападения и защиты | Спортивные игры и соревнования | Спортивно-оздоровительная деятельность |

**3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование темы** | **Модуль - количество часов** |
| **1**  | **2**  | **3**  | **4**  |
| 1.Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь | 1 | 1 |  |  |
| 3.Подвижные игры с мячом | 8 | 7 | 3 |  |
| 4.Занимательные игры | 14 | 14 |  |  |
| 5.Игровые упражнения |  | 2 |  |  |
| 6.Подвижные игры без мячей |  |  | 5 | 1 |
| 7. Эстафеты |  |  | 4 | 4 |
| 8.Спортивные игры  |  |  | 12 | 7 |
| 9.Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 10.Общая физическая подготовка | 5 | 5 | 5 | 8 |
| 11. Специальная физическая подготовка |  |  |  | 9 |
| **Итого:** | **33**  | **34**  | **34**  | **34**  |