

Рабочая программа внеурочной деятельности «**Спортивный калейдоскоп**», составленная в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённым Приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 года № 373 (в редакции приказов Министерства образования и науки РФ № 1643 от 29.12.2014 года, № 1576 от 31.12.2015 года), на основе Примерных программ внеурочной деятельности, с учетом образовательных запросов, потребностей и интересов участников образовательного процесса, направлена на достижение следующих результатов:

**Личностными результатами** программы «**Спортивный калейдоскоп**» по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих умений:

**-** 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.

**Метапредметными**результатами программы «**Спортивный калейдоскоп**» по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

**Регулятивные УУД:**

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;

- планировать цели и пути их достижения;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

-- конструктивно разрешать конфликты;

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

- 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;

- осуществлять взаимный контроль.

**Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;

- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;

- устанавливать причинно-следственные связи.

**Коммуникативные УУД**:

- формулировать собственное мнение и позицию;

- ориентироваться на партнёра, стремиться к сотрудничеству (в командных видах игры);

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;

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

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

- совместно договариваться о правилах общения и поведения;

- учиться выполнять различные роли в группе.

**Предметные результаты**программы внеурочной деятельности.

Первостепенным результатом реализации программы «**Спортивный калейдоскоп**» является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития навыков, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие:

- 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.

умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;

**Содержание курса внеурочной деятельности**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «**Спортивный калейдоскоп**» для 1-4 классов составлена с учётом возрастных особенностей обучающихся начальной школы, состоит из трёх разделов, рассчитана на 1 час в неделю, 64 часов в год.

**Раздел 1. Общеразвивающие игры**

Данный разделпозволяет педагогу выявить у своих подопечных потенциальные возможности и интересы. Помочь им их реализовать. Игра – это хорошая возможность для организации межличностных отношений в классе, возможность свободного самоопределения и самореализации, ориентация на личностные интересы, потребности, способности ребенка. Любая игра строиться на принципе единства – единство обучения, воспитания, развития.

**Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты**

Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков, формирование осанки, вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

**Раздел 3. Русские народные игры**

Очень важно обогатить детей запасом движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев двигательными элементами, дети смогут самостоятельно организовать и проводить игры.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание курса внеурочной деятельности | Формы организации | Характеристика основных видов деятельности учащихся |
| **Раздел 1. Общеразвивающие игры** | | |
| **Игры на ориентирование в пространстве:**  «Ворота», «Встречный бой», «Вытолкни за круг», «Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото». | Коллективная игра | Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Осуществлять взаимный контроль, оценивать взаимное поведение при перемещении, оказывать взаимопомощь; Выбирать эффективные способы решения поставленных задач, контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, поиск новых форм для решения поставленных задач, уметь договариваться о распределении функций и ролей, задавать вопросы, уметь слушать собеседника. |
| **Игры с предметами**  Игры со скакалками: «Найди жгут», «Скакалочка», «Салки-выручалки», «Альпинисты».  Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки» | Беседа, коллективная игра | Мотивация учебной деятельности, развитие эстетической потребности, уважительного отношения к иному мнению, ориентироваться в разнообразии способов задач, самостоятельно решать проблему; Уметь формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действие в соответствии с поставлено задачей, адекватно воспринимать предложение учителя, творчески подходить к решению поставленных задач. |
| **Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты** | | |
| **Подвижные игры**  **«**Прыжки по кочкам», « Кто быстрее встанет в круг»,  «Прыгающие воробушки»,  « Конники-спортсмены», «Удочка», « Салки с прыжками», «К своим флажкам» | Загадки, беседа, коллективная игра | Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, перемещаться в ограниченном пространстве, совершенствовать быстроту реакции, скоростные способности, выносливость.  Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры.  Умение планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия.  Преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.  Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.Устанавливать цели. Концентрация воли для преодоления физических нагрузок, стабилизация эмоционального состояния. |
| **Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий**  «Найди жгут», «Бег сороконожек», «12 палочек», «Два мороза» | Познавательная беседа, коллективная, групповая игра | Контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, уметь договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено. Развивать уважительное отношение к иному мнению, стремиться к сотрудничеству, уметь составить план самостоятельных действий. |
| **Эстафеты с баскетбольными мячами**  «Метко в цель», «Мяч соседу», «Подвижная цель», «Передал -садись» | Командные соревнования | Выбирать действие в соответствии с поставлено задачей, ориентироваться в разнообразии способов обучения, применять различные способы самоконтроля. Проявление активности для решения познавательных задач, умение использовать общие приемы, умение анализировать информацию, использовать сравнение и обобщение.Умение использовать общие приемы, анализировать информацию, использовать сравнение и обобщение, контролировать эмоциональное состояние. |
| **Раздел 3. Народные игры** | | |
| **Хороводные игры**  «Плетень», «Ручеёк»  **Сюжетные игры**  «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки»,«Пятнашки», «Фанты» | Беседа, викторина, коллективная игра, групповая игра | Получат представления об особенностях русских народных игр. Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, развивать двигательные и скоростные способности.  Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.  Оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение  необходимых корректировок.  Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. |
| **Русские народные игры**  «Горелки», «Лапта», «Штандр» | Беседа, спортивный праздник | Осознание своей этнической принадлежности, мотивация учебной деятельности, исходя из чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, умение пользоваться информацией о своей культуре. |

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Теория | Практика |
| Раздел 1. Общеразвивающие игры | | | |
| Игры на ориентирование в пространстве | | | |
| 1 | «Ворота» | **+** | + |
| 2 | «Встречный бой» | + | + |
| 3 | «Вытолкни за круг» | + | + |
| 4 | «Кто дальше» | + | + |
| 5 | «Попрыгунчики», «Болото» | + | + |
| 6 | «Воробушки и кот» | + | + |
| 7 | «Болото» | + | + |
| Игры с предметами | | | |
| 8 | «Найди жгут», «Бег сороконожек», | + | + |
| 9 | «Скакалочка», «12 палочек», | + | + |
| 10 | «Два мороза» | + | + |
| 11 | Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки» | + | + |
| 12 | «Сильный бросок» | + | + |
| 13 | «Мячик кверху» | + | + |
| 14 | «Свечки» | + | + |
| Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты | | | |
| Подвижные игры | | | |
| 15 | **«**Прыжки по кочкам» | + | + |
| 16 | «Кто быстрее встанет в круг» | + | + |
| 17 | «Прыгающие воробушки» | + | + |
| 18 | «Конники-спортсмены» | + | + |
| 19 | «Удочка», « Салки с прыжками» | + | + |
| 20 | «К своим флажкам» | + | + |
| Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий | | | |
| 21 | «Не упусти мяч» | + | + |
| 22 | «Бег по кочкам» | + | + |
| 23 | «Чемпионы малого мяча» | + | + |
| Эстафеты с баскетбольными мячами | | | |
| 24 | «Метко в цель», «Мяч соседу», | + | + |
| 25 | «Броски в корзину», «Подвижная цель», | + | + |
| 26 | «Брось — поймай», «Передал - садись» | + | + |
| Раздел 3. Народные игры | | | |
| Хороводные игры. Сюжетные игры | | | |
| 27 | «Плетень», «Ручеёк» | + | + |
| Русские народные игры | | | |
| 28 | «Гуси-лебеди» | + | + |
| 29 | «Обыкновенные жмурки» | + | + |
| 30 | «Пятнашки» | + | + |
| 31 | «Фанты | + | + |
| 32 | «Казаки-разбойники» | + | + |
| 33 | «Лапта» | + | + |
| 34 | «Городки» | + | + |