

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Удмуртской Республики
Управление образования Администрации МО "Глазовский район"
МОУ "Штанигуртская НШ"

Касимова
Наиля
Агзамовна

Подписан: Касимова Наиля
Агзамовна
DN: O="МОУ "Штанигуртская
НШ", CN="Касимова Наиля
Агзамовна, E="nailya_k@mail.ru"
Основание: я подтверждаю этот
документ своей
удостоверяющей подписью
Местооповещение: место
подписания
дата: 2023-11-03 10:01:16
Foxit Reader Версия: 9.7.0

УТВЕРЖДЕНО
Директор  Касимова Н.А.
Приказ № 66-од
от «28» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
«Футбол для всех»
1-4 класс

Штанигурт 2024г.

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Курс внеурочной деятельности «Футбол для всех» на уровне начального общего образования разработан с учётом современных тенденций в системе образования и использования спортивно-ориентированных форм, средств и методов обучения по различным видам спорта.

Футбол, подвижные игры – это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья широких слоев населения. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания подрастающего поколения. Командный характер игры «футбол» и других подвижных игр воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи, развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность и личные качества – самостоятельность, инициативу, творчество. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества, преодолевать усталость, боль, вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды, строго соблюдать бытовой и спортивный режим. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Систематические занятия футболом обеспечивают каждому обучающемуся всестороннее физическое развитие, возможность сохранения здоровья, увеличение продолжительности жизни и работоспособности, приобретение эмоционального, психологического комфорта и залога безопасности жизни. Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Целью изучения внеурочного курса «Футбол для всех» является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни подрастающего поколения с использованием средств игры «футбол» и подвижных игр.

Задачами изучения внеурочного курса «Футбол для всех» являются:

- приобщение обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела средствами футбола и подвижных игр;

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью с использованием средств футбола;
- укрепление и сохранения здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей организма;
- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности в футболе;
- популяризация и увеличение числа занимающихся футболом.

Место и роль внеурочного курса «Футбол для всех».

Внеурочный курс «Футбол для всех» расширяет и дополняет знания, полученные в результате освоения рабочей программы учебного предмета «Физическая культура», содействует интеграции уроков физической культуры, внеурочной деятельности и деятельности школьного спортивного клуба.

Педагог имеет возможность вариативно использовать учебный материал с выбором различных элементов игры в футбол с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся.

Внеурочный курс «Футбол для всех» может быть реализован в следующих вариантах:

- при самостоятельном планировании учителем физической культуры процесса освоения обучающимися учебного материала по футболу с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся;
- в виде дополнительных часов, выделяемых на спортивно-оздоровительную работу с обучающимися в рамках внеурочной деятельности, деятельности школьных спортивных клубов, включая использование учебных модулей по видам спорта (рекомендуемый объём в 1 классе – 33 часа, во 2, 3, 4 классах – по 34 часа).

II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Знания о футболе.

Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол. Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом.

Общее понятие о гигиене. Личная гигиена. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи.

Комплексы упражнений для развития основных физических качеств футболиста различного амплуа.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Способы самостоятельной деятельности.

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время активного отдыха и каникул.

Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений.

Тестирование уровня физической подготовленности в футболе. Физическое совершенствование.

Общеразвивающие физические упражнения: комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста.

Основные термины футбола.

Приобретение двигательных навыков и технических навыков игры в футбол. Подвижные игры (без мяча и с мячом): «Пятнашки» («салки»), «Спиной к финишу», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Бойпетухов», «Мяч в стенку», «Передачи мяча с перебежками», «Передачи мяча капитану», «Точный удар», «Футбольный слалом», «Кто быстрее?», «Нападающие тройки», «Быстрее к флажку», «Самый меткий», «Охотники за мячами», «Ловцы игрока без мяча», «Всадники», «Квадрат с водящими», «Футбол крабов», «В одни ворота», «Взять крепость», «Быстрый танец», «Бросок мяча ступнями», «Разорви цепь», «Обгони мяч», «Вызов номеров», «Только своему», «Салки в тройках», «Верни мяч головой капитану», «Отбери мяч» и другие.

Базовые двигательные навыки, элементы и технические приёмы футбола.

Общие и специальные подготовительные упражнения, развивающие основные качества, необходимые для овладения техникой и тактикой футбола (сила и быстрота мышц рук и ног, сила и гибкость мышц туловища, быстрота реакции и ориентировки в пространстве).

Базовые двигательные навыки, элементы и технические приёмы футбола.

Общие и специальные подготовительные упражнения, развивающие основные качества, необходимые для овладения техникой и тактикой футбола (сила и быстрота мышц рук и ног, сила и гибкость мышц туловища, быстрота реакции и ориентировки в пространстве).

Подводящие упражнения и элементы соревновательного направления. Индивидуальные технические действия.

Удары по мячу: внутренней стороной стопы, серединой подъема, внутренней частью подъема, внешней частью подъема, носком, резаный удар, удар-бросок стопой, с полуклета.

Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой, грудью.

Ведение мяча. Понятие о ведении мяча. Преимущества игроков, хорошо владеющих ведением мяча. Упражнения для разучивания ведения мяча.

Обманные движения (финты): «уходом», «уходом с ложным замахом на удар», «проброс мяча мимо соперника».

Отбор мяча: запрещенные приемы при отборе мяча. Отбор мяча накладыванием стопы, выбиванием, перехватом.

Техника игры вратаря. Стойка вратаря. Ловля катящегося и низколетающего мяча, полувысокого мяча, ловля мяча в прыжке. Ловля высоколетающего, полувысокого, летящего в стороне мяча.

Отбивание катящегося и низколетающего в стороне мяча в выпаде. Отбивание мяча ладонями, кулаком или кулаками. Введение мяча в игру. Вбрасывание мяча изза плеча, сбоку, снизу. Выбивание мяча ногой с рук.

Тактика игры и обороны: индивидуальные тактические способы ведения единоборства с соперником. Техника выполнения открывания, отвлечения соперника.

Техника выполнения приема «маневрирование». Передачи мяча и их предназначение. Способы передачи мяча. Удары по воротам.

Групповые тактические действия в атаке и обороне. Действия против соперника без мяча и с мячом.

Тактика игры вратаря: выбор места в воротах. Упражнения для разучивания приемов игры на выходах. Введение мяча в игру. Руководство действиями партнеров в обороне. Участие вратаря в атакующих действиях партнеров.

Учебные игры в футбол по упрощенным правилам.

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание курса «Футбол для всех» направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за отечественных футболистов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания во время игры в футбол;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных игровых ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций во время игры в футбол; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной

- деятельности, поиска средств её осуществления с использованием игры в футбол;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с правилами и условиями игры в футбол, определять наиболее эффективные способы достижения игрового результата;
- определение общей цели и путей её достижения, умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной игровой деятельности;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- владение двигательными действиями и физическими упражнениями футбола и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о развитии футбола, олимпийского движения; овладение умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол и другие);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и другие), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- применение и изложение в доступной форме полученных знаний о физической культуре и футболе, грамотное использование понятийного аппарата;
- освоение правил поведения и безопасности во время занятий и соревнований по футболу; приобретение навыка правильно подбирать одежду и обувь для занятий и соревнований по футболу;
- приобретение важных двигательных навыков, необходимых для игры в футбол; овладение основными терминологическими понятиями спортивной игры;
- освоение некоторых навыков первичной технической подготовки футболиста (выполнение ударов по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение мяча и выполнение финтов, отбор мяча); знание о некоторых индивидуальных и групповых тактических действиях в
- атаке и в обороне;
- формирование общего представления о технике и тактике игры вратаря;
- применение во время игры в футбол всех основных технических элементов (техника перемещения, передача и ловля мяча).

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные
		Всего	Контроль ные работы	Практи ческие работы	
1	Игры с бегом	6			Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игры с мячом	6			
3	Игра с прыжками.	4			
4	Игры малой подвижности	5			
5	Зимние забавы	3			
6	Эстафеты	4			
7	Народные игры	5			
	Итого:	33			

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные
		Всего	Контрол ьные работы	Практи ческие работы	
1	Игры с бегом	6			Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игры с мячом	6			
3	Игра с прыжками.	4			
4	Игры малой подвижности	4			
5	Зимние забавы	4			
6	Эстафеты	5			
7	Народные игры	5			
	Итого:	34			

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные
		Всего	Контрол ьные работы	Практи ческие работы	
1	Игры с бегом	5			Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игры с мячом	5			
3	Игра с прыжками.	5			
4	Игры малой подвижности	6			
5	Зимние забавы	3			
6	Эстафеты	6			
7	Народные игры	4			
	Итого:	34			

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные
		Всего	Контрол ьные работы	Практи ческие работы	
1	Игры с бегом	5			Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игры с мячом	5			
3	Игра с прыжками.	5			
4	Игры малой подвижности	6			
5	Зимние забавы	3			
6	Эстафеты	5			
7	Народные игры	5			
	Итого:	34			

V. ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Формируемые умения	Электронные (цифровые) образовательн ые
		Вс его	Контро льные работы	Практи ческие работы		
1	ТБ. Игра «Фигуры».	1			Теория. Правила	

2	Игра «Волки, зайцы, лисы».	1			безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.
3	Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «У медведя во бору».	1			Значение подвижных игр для здорового образа жизни. <i>Практические занятия:</i>
4	Игра «Второй лишний».	1			• Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
5	Игра «Фигуры».	1			• Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».
6	Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1			• Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».
7	Игра «Мяч по полу».	1			• Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
8	Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик».	1			• Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
9	Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».	1			• Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».
10	Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	1			<i>Теория.</i> История возникновения игр с мячом. <i>Практические занятия:</i>
11	Игра «Мяч соседу».	1			• Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».
					• Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра

Физкульт. Ура
https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

12	Игра «Подвижная цель».	1			«Бегуны и метатели». • Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей». • Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».	
13	Игра «Прыгающие воробышки».	1			<i>Теория.</i> Профилактика детского травматизма.	
14	Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».	1			Знакомство с правилами дыхания во время прыжков.	
15	Игра «Зеркало».	1			Последовательность обучения прыжкам.	
16	Игра «Выше ножки от земли».	1			<i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». • Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля». • Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало». • Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	
17	Игра «Альпинисты».	1			<i>Теория.</i> Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.	
18	Игра «Красный, зелёный». Игра «Поезд».	1			Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.	
19	Игра «Копна – тропинка – кочки».	1			<i>Практические занятия:</i> • Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».	
20	Игра «Построение в шеренгу».	1				
21	Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1			• Комплекс	

				упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».	
				• Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». - Игра «Копна – тропинка – кочки». • Гимнастическое построение, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	
22	Игра «Гонки снежных комов».	1		<i>Теория.</i> Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.	
23	Игра «Мяч из круга».	1			
24	Игра «Гонка с шайбами».	1		<i>Практические занятия:</i> • Игра «Скатывание шаров». • Игра «Гонки снежных комов». • Игра «Клуб ледяных инженеров». • Игра «Мяч из круга». • Игра «Гонка с шайбами». • Игра «Черепахи».	
25	Знакомство с правилами проведения эстафет.	1		<i>Теория.</i> Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.	
26	Беговая эстафеты.	1			
27	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1		<i>Практические занятия:</i> • Беговая эстафеты. • Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	
28	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	1		• Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.	
29	Игра "Чехарда".	1		<i>Теория.</i> Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место	
30	Игра «Золотые ворота»	1			

31	Игра «Чижик»	1			игры в жизни людей.
32	Игра «Золотые ворота»	1			<i>Практические занятия:</i> - Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба» - Разучивание народных игр. Игра «Чижик» - Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота» - Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".
33	Игра "Чехарда".	1			

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Формируемые умения	Электронные (цифровые) образовательные
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	ТБ. Игра «Вороны и воробьи»	1			<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега <i>Практические занятия:</i> - Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи» - Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». - Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»Игра «Пустое место». - Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо» - Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игра «Совушка».	1				
3	Игра «День и ночь».	1				
4	Игра «Вызов номеров»	1				
5	Игра «Два мороза».	1				
6	Игра «Воробушки».	1				
7	Игра «Салки на одной ноге	1			<i>Теория.</i> Правила по технике безопасности при проведении игр с	
8	Игра «Кто выше»	1				

9	Игра «Пингвины с мячом».	1			прыжками. Профилактика детского	
10	Игра «Поймай лягушку».	1			травматизма. Развитие координации движений в прыжках соскакалкой <i>Практические занятия:</i> •Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки». •Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше» •Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом». •Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»	
11	Игра «Свечи».	1			<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при играх с мячом. <i>Практические занятия:</i> •Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи». Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мячаИгра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч» •Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Ракпытится назад». Игра «Скорый поезд». •Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	
12	Игра «Передал – садись».	1				
13	Игра «Охотники и утки».	1				
14	Игра «Рак пятится назад».	1				
15	Игра «Кто самый меткий».	1				
16	Игра «Не упусти мяч»	1				
17	Игра «Карлики и великаны».	1			<i>Теория.</i> Правила по технике безопасности при проведении игры малойподвижности. <i>Практические занятия:</i> •Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».	
18	Игра «Кошка и мышка».	1				
19	Игра «Чемпионы скакалки».	1				
20	Гимнастические построения, размыкания, фигурная	1				

	маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»				•Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». •Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». •Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»	
21	Игра «Лепим сказочных героев».	1			<i>Теория.</i> Закаливание и его влияние на организм.	
22	Игра «Лепим снежную бабу».	1			Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.	
23	Игра «Санные поезда».	1			Инструктаж по технике безопасности.	
24	Игра «Езда на перекладных»	1			<i>Практические занятия:</i> •Игра «Лепим снежную бабу». •Игра «Лепим сказочных героев». •Игра «Санные поезда». •Игра «На одной лыже». •Игра «Езда на перекладных»	
25	Эстафеты «Бег сороконожек».	1			Теория: Правила безопасного поведения при проведении эстафет.	
26	Эстафеты «Бег по кочкам»,	1			Способы деления на команды. Считалки.	
27	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1			<i>Практические занятия:</i> •Веселые старты	
28	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1			•Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	
29	Эстафеты «Стрекозы», «Нановое место».	1			•Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд». •Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны». •Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	
30	Игра «Чехарда»	1			<i>Теория.</i> История	
31	Игра «Бегунок»	1			изучения и организации	
32	Игра «Верёвочка»	1			игр. Знаменитые	
33	Игра «Котел»	1			собиратели и	
34	Игра "Дедушка - сапожник".	1			организаторы игр.	
					Игровая терминология. <i>Практические занятия:</i>	

					•Разучивание народных игр. Игра «Бегунок» •Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» •Разучивание народных игр. Игра «Котел» •Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	
--	--	--	--	--	--	--

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Формируемые умения	Электронные (цифровые) образовательные
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	ТБ. Игра «Челнок».	1			<i>Теория:</i> Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы. <i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок». • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки» • Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванныепятнашки». Игра «Круговые пятнашки» • Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»	
2	Игра «Змейка».	1				
3	Игра «Филин и пташки»	1				
4	Игра «Круговые пятнашки»	1				
5	Игра «Много троих, хватит двоих»	1				
6	Игра «Свечи ставить»	1			<i>Теория.</i> Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок. <i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить» - Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Игра «Мячик кверху».	1				
8	Игра «Летучий мяч».	1				
9	Игра «Защищай город».	1				
10	Игра «Попади в цель».	1				

					«Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч». • Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защидай город». • Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»
11	Игра «Дедушка – рожок».	1			Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.
12	Игра «Воробушки и кот».	1			<i>Практические занятия:</i>
13	Игра «Переселение лягушек».	1			• Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
14	Игра «Борьба за прыжки».	1			• Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
15	Игра «Кто первый?».	1			• Комплекс ОРУ. Игра «Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки». • Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».
16	Игра «Перемена мест».	1			Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.
17	Игра «Запрещенное движение».	1			<i>Практические занятия</i>
18	Игра «Море волнуется».	1			• Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение».
19	Игра «Колечко».	1			Игра «Перемена мест».
20	Игра «Краски».	1			• Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»
21	Игра «Перемена мест»	1			• Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко». • Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»
22	Игра «Строим крепость».	1			Теория. Правила техники безопасности зимой.
23	Игра «Меткий	1			Осторожно лед. Загадки и

	стрелок».				пословицы о зиме. Беседа о закаливании.	
24	Игра «Лепим снеговика».	1			<i>Практические занятия:</i> • Игра «Строим крепость». • Игра «Взятие снежного городка». • Игра «Лепим снеговика». • Игра «Меткой стрелок».	
25	Эстафеты «Передал – садись»	1			<i>Теория.</i> Значение слова эстафета. Разбивание	
26	Игра «Скакалка под ногами».	1			разными способами команд на группы.	
27	Эстафета «Вызов номеров».	1			<i>Практические занятия:</i> • Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему»,	
28	Эстафета «Челночный бег», «Почечке».	1			«Параютисты», «Скакалка подногами»,	
29	Эстафета «Ведерко с водой», «Нитки наматывать».	1			«Тачка». • Эстафета «Челночный бег», «По цепочке»,	
30	Эстафета «Кати большой мяч впереди себя».	1			«Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке». • Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	
31	Игра «Гуси - лебеди»	1			<i>Теория.</i> Материальная и	
32	Игра "Горелки".	1			духовная игровая	
33	Игра «Мотальщицы»	1			культура. Организация и	
34	Игра "Мишени".	1			проведение игр на праздниках. <i>Практические занятия:</i> • Разучивание народных игр. Игра "Горелки". • Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди» • Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы» • Разучивание народных игр. Игра "Мишени".	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Формируемые умения	Электронные (цифровые) образовательные
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	ТБ. Игра «Мешочек».	1			<i>Теория.</i> Правила ТБ при	
2	Игра «Бег командами»	1			проведении подвижных	
3	Игра «Городок».	1			игр. Способы деления на	

4	Игра «Ловкие ребята».	1			команды. Повторение считалок.	Физкульт. Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
5	Игра «Пятнашки в кругу».	1			<i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек». • Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». • Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки».	
6	Игра «Мяч среднему».	1			<i>Теория.</i> Правила	
7	Игра «Мяч в центре».	1			безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр.	
8	Игра «Мяч – соседу».	1			Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.	
9	Игра «Отгадай, кто бросил».	1			<i>Практические занятия:</i>	
10	Игра «Мяч в центре».	1			• Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». • Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». • Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил». - Игра «Защищай ворота». • Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». - Игра «Обгони мяч». - Игра «Мяч в центре».	
11	Игра «Зайцы в огороде».	1			<i>Теория.</i> Правила	
12	Игра «Туда- обратно».	1			безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.	
13	Игра «Белые медведи».	1			Профилактика детского травматизма.	
14	Игра «Карусели».	1			Разучивание считалок.	
15	Игра «Ловушка».	1			<i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде». • Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди,	

					орехи». Игра «белые медведи». • Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка». • Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».
16	Игра «Что изменилось?».	1			<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр. <i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет». • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее». • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».
17	Игра «Кто дальше бросит?».	1			
18	Игра «Точный телеграф».	1			
19	Игра «Наблюдатели».	1			
20	Игра «Ориентирование без карты».	1			
21	Игра «Пустое место».	1			
22	Игра «Снежком по мячу».	1			<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение. <i>Практические занятия:</i> • Игра «Снежком по мячу». • Игра «Пустое место». • Игра «Кто дальше» (на лыжах). • Игра «Быстрый лыжник».
23	Игра «Кто дальше»	1			
24	Игра «Быстрый лыжник».	1			
25	«Кто первый?», эстафета парами.	1			
26	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча.	1			<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.
27	Эстафета с лазанием и	1			

	перелезанием,				<i>Практические занятия:</i>
28	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1			• Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
29	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1			• Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами». • Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)
30	Игра «Салки с домом»	1			<i>Теория.</i> Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.
31	Игра "Салки".	1			
32	Игра "Малечина - колечина".	1			
33	Игра "Коршун".	1			<i>Практические занятия:</i> • Разучивание народных игр. Игра "Корову доить". • Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина". • Разучивание народных игр. Игра "Коршун". • Разучивание народных игр. Игра "Бабки".
34	Игра "Бабки".	1			

Материально – техническое обеспечение программы: мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.

Методическое обеспечение программы: игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.

Приёмы и методы

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные: рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;

- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**«Оценочные материалы
по курсу внеурочной деятельности
«Функциональная грамотность»
1-4 классы**

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, конкурсы, ролевые игры, выполнение заданий соревновательного характера, оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ), результативность участия в конкурсных программах, сдаче норм ГТО и др.