Ростовская область Куйбышевский район хутор Кринично-Лугский

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Кринично-Лугская средняя общеобразовательная школа.

« **Утверждаю»**

Директор МБОУ Кринично – Лугской СОШ

Приказ от 31.08.2021 №\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Коломейцева Е.А.

**Рабочая программа**

**дополнительного образования**

**спортивно – оздоровительного направления**

**«Сильные и смелые»**

3 класс

**Количество часов 31**

**Учитель Чуйко Татьяна Григорьевна**

**Учебный год 2021-2022**

**Содержание**

1. Игры на улучшение здоровья: «Охотник и собака», «Поймай дракона за хвост», «Хромой цыпленок», «Человек, ружье, тигр», «Чужеземцы» (9 часов)
2. Интегрированные уроки: «Я продолжаю расти» беседа «Я продолжаю расти», игра «Метательная лапта», беседа «Я – мальчик, я - девочка», игра «Перестрелка», беседа «Вредные привычки», игра «Вызов номеров», беседа «Как преодолеть стресс», игра «Два мороза» (7 часов)
3. Интегрированные уроки «Уважайте самих себя»: беседа «Уважайте самих себя», игра «День и ночь», беседа «Мой характер», игра «Перемена мест», беседа «Мой автопортрет», игра «Волк во рву»,-беседа «Драться или не драться», игра «Пятнашки», беседа «Красота в моем доме», игра «Перебежки» (10 часов)
4. Игры на природе: «Охрана сокровища», «Чехарда», «Лапта», «Третий лишний» (8 часов)

**Требования к уровню подготовки обучающихся.**

**иметь представление**:

* о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
* о режиме дня и личной гигиене;
* о способах изменения направления и скорости движения;
* о народной игре как средстве подвижной игры;
* об играх разных народов;
* о соблюдении правил игры  
   **уметь**:
* выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
* выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
* играть в подвижные игры;
* выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
* выполнять строевые упражнения;
* соблюдать правила игры

Для реализациипрограммы «Подвижные игры» необходима материально-техническая база:

1. ***Спортивный инвентарь:***

* Обручи, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, гимнастические маты, канат, гимнастическая стенка.
* измерительные приборы: весы, часы, секундомер.

1. ***Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций:*** компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.

Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника

Формы работы - интегрированные уроки, беседы, деловые игры, уроки здоровья, подвижные игры, игры на воздухе. Занятия проводятся раз в неделю по 40 минут.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

**Группировка подвижных игр.**

* С элементами общеразвивающих упражнений.
* С бегом на ловкость.
* С бегом на скорость.
* С прыжками на месте и с места.
* С прыжками в высоту.
* С прыжками длину с разбега.
* С метанием на дальность.
* С лазанием и перелазанием.
* Игры подготовительные к волейболу.
* Игры подготовительные к баскетболу.
* Игры на местности

В содержании программы перечисленные разделы возобновляются на протяжении четырех лет, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, закреплению социально одобряемой модели поведения обучающихся. Основы игровой деятельности направлены на совершенствование, прежде всего естественных движений. Элементарных игровых умений  (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу), и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнёром, командой и соперником).

* Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики.
* В программный материал входят простейшие виды построений и перестроений, большой круг общеразвивающих упражнений без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании,  в равновесии, несложные акробатические и танцевальные упражнения.
* Подвижные игры на материале легкой атлетики.
* Бег, прыжки, метание.
* Подвижные игры на материале лыжной подготовки.
* Ознакомление с простейшими правилами обращения с лыжным инвентарём, обучение основным строевым приёмам с лыжами.
* Подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)
* Подвижные игры для формирования правильной осанки.
* Подвижные игры на свежем воздухе.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

* личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
* метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
* предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Смелые, ловкие, сильные» является формирование следующих умений:

* ***Определять*** и ***высказывать*** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
* В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, ***делать выбор,*** при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Смелые, ловкие, сильные» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. ***Регулятивные УУД:***

* ***Определять*** *и* ***формулировать*** цель деятельности на уроке с помощью учителя.
* ***Проговаривать*** последовательность действий на уроке.
* Учить ***высказывать*** своё предположение (версию) на основе работы с правилами игры, учить ***работать*** по предложенному учителем плану.
* Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
* Учиться совместно с учителем и другими учениками ***давать*** эмоциональную ***оценку*** деятельности класса на уроке.
* Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

***2. Познавательные УУД:***

* Делать предварительный отбор подвижных игр.
* Добывать новые знания: ***находить ответы*** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
* Перерабатывать полученную информацию: ***делать*** выводы в результате совместной работы всего класса.
* Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
* Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

***3. Коммуникативные УУД****:*

* Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и (на уровне одного предложения или небольшого текста).
* ***Слушать*** и ***понимать*** речь других.
* Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
* Совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры, в школе и следовать им.
* Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
* Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

* осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
* социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Смелые, ловкие, сильные» ожидается:

* повышение качества и количества мероприятий с учащимися, направленных на формирование здорового образа жизни;
* улучшение здоровья учащихся;
* формирование у учащихся осознанной потребности в здоровом образе жизни; повышение интереса школьников к занятиям физической культурой и спортом;
* пополнение материальной базы для проведения уроков физической культуры и внеклассных мероприятий;
* создание необходимой базы материалов и методологической основы для формирования здорового образа жизни, внедрение новых форм и методов воспитательной работы;
* развитие умений работать в коллективе;
* формирование у детей уверенности в своих силах;
* умение применять игры самостоятельно.

В результате реализации программы внеурочной деятельностипо формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Сильные, смелые, ловкие», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил игры; второй — поведенческий, позволяющий закрепить полученные знания на практике, укрепить своё здоровье.

Форма подведения итогов реализации программы – соревнования, викторины.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Содержание**  **(разделы, темы)** | **Количество часов** | **Дата проведения** |
| Подвижные игры (10 ч.) | | | |
| 1 | Игра «Охотник и собака» | 1 | 06.09 |
| 2 | Игра «Охотник и собака» | 1 | 13.09 |
| 3 | Игра «Поймай дракона за хвост» | 1 | 20.09 |
| 4 | Игра «Поймай дракона за хвост» | 1 | 27.09 |
| 5 | Игра «Хромой цыпленок» | 1 | 04.09 |
| 6 | Игра «Хромой цыпленок» | 1 | 11.09 |
| 7 | Игра «Человек, ружье, тигр» | 1 | 18.09 |
| 8 | Игра «Человек, ружье, тигр» | 1 | 25.09 |
| 9. | Игра «Чужеземцы» | 1 | 08.11 |
| 10 | Игра «Чужеземцы» | 1 | 15.11 |
| Интегрированные уроки (7 ч.) | | | |
| 11. | «Я продолжаю расти». Игра | 1 | 22.11 |
| 12. | «Метательная лапта» | 1 | 29.11 |
| 13. | Я - мальчик, я ‒ девочка | 1 | 06.12 |
| 14. | Игра «Перестрелка» | 1 | 13.12 |
| 15. | Вредные привычки | 1 | 20.12 |
| 16. | Игра «Вызов номеров» | 1 | 27.12 |
| 17. | Как преодолеть стресс. Игра «Два мороза» | 1 | 17.01 |
| 18. | Уважайте самих себя | 1 | 24.01 |
| 19. | Игра «День и ночь» | 1 | 31.01 |
| 20. | Мой характер | 1 | 07.02 |
| 21. | Игра «Перемена мест» | 1 | 14.02 |
| 22. | Мой автопортрет | 1 | 21.02 |
| 23. | Игра «Волк во рву» | 1 | 28.02 |
| 24. | Драться или не драться | 1 | 14.03 |
| 25. | Игра «Пятнашки» | 1 | 21.03 |
| 26. | Красота в моем доме | 1 | 04.04 |
| 27. | Игра «Перебежки» | 1 | 11.04 |
| Подвижные игры (4 ч.) | | | |
| 28. | Игра «Охрана сокровища» | 1 | 18.04 |
| 29. | Игра «Чехарда» | 1 | 25.04 |
| 30. | Игра «Лапта» | 1 | 16.05 |
| 31. | Игра «Третий лишний» | 1 | 23.05 |

Рассмотрена и рекомендована к

Утверждению педагогическим советом

от 27.08.2021 Протокол № 1

«РАССМОТРЕНО» «СОГЛАСОВАНО»

Протокол заседания ШМО Заместитель директора по УВР

Учителей начальных классов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Лазарева А.В.

МБОУ Кринично-Лугской СОШ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021 года

от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021 №\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лазарева А.В.