Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

«Тальменская средняя общеобразовательная школа№6»

Тальменского района Алтайского края

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Тальменская СОШ №6»

------------------------------Н.Л. Алексеева

Приказ от 30.08.2024 г. №58/05

Рабочая программа внеурочной деятельности

Направление спортивно-оздоровительное

(начальное общее образование)

**«Будь здоров »**

3 класс

Срок реализации 1 год

Составитель:

Педагог дополнительного

образования Живлякова Светлана Анатольевна

Тальменка 2023 г.

**Пояснительная записка**

Программа реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности.

Программа для детей 8-9 лет рассчитана на 34 часа. Занятия проводятся в соответствии с постановлением о «Введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов САНПиН 2.4.4.1251-03»: учебный час равен 40 минутам.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, приобретение друзей и организацию досуга. Программа включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В программу включено знакомство с различными подвижными играми. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

Подвижные игры имеют и оздоровительное значение. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей.

**Цель программы:** создание условий для физического развития детей, формирование личности ребенка средствами подвижных игр через включение их в современную деятельность

**Задачи**, решаемые в рамках данной программы:

* обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
* познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
* профилактика вредных привычек;
* создавать условия для проявления чувства коллективизма;
* развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
* воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

**Контроль и оценивание достижения планируемых образовательных результатов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Оцениваемые образовательные результаты | Виды контроля и оценивания | Формы и методы осуществления  оценочных процедур |
| Предметные | - Стартовая диагностика  - Текущий (формирующий)  - Тематический  - Внутришкольный мониторинг образовательных достижений  - Промежуточная аттестация  - Итоговая аттестация | - Устный опрос  - Практическая работа  - Самооценка с использованием  «Оценочного листа» |
| Метапредметные:  регулятивные УУД  познавательные УУД  коммуникативные УУД | - Стартовая диагностика  - Текущий (формирующий)  - Тематический  - Внутришкольный мониторинг образовательных достижений  - Промежуточная аттестация | - Наблюдение в ходе занятия за  выполнением учебно- практических заданий  - Анализ результатов тестирования по предмету  - Наблюдение в ходе урока за работой  обучающихся в условиях малой группы  - Самооценка с использованием  «Оценочного листа» |
| Личностные | - Внутришкольный мониторинг образовательных достижений | -Ежедневные наблюдения в ходе занятий  и внеурочной деятельности |

Формы представления результатов: викторины, веселые старты, спортивные конкурсы, др.

**Планируемые образовательные результаты**

**Личностные результаты.**

*У учеников будут сформированы:*

* установка на безопасный, здоровый образ жизни;
* потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
* этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа

уважительное отношение к культуре других народов.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
* осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

**Познавательные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* проводить сравнение и классификацию объектов;
* понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
* проявлять индивидуальные творческие способности.

**Коммуникативные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* работать в группе, учитывать мнения партнеров;
* обращаться за помощью;
* формулировать свои затруднения;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;
* адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Предметные результаты:**

* формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
* овладение умениями организовывать собственную деятельность

(режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

**Содержание программы**

**Вводное занятие. За здоровый образ жизни.**

Повторение основных знаний о подвижных играх.

**Спорт любить — здоровым быть!**

Показать детям как можно разнообразить активный отдых в школе. Цель данного направления работы предоставить детям возможность узнать о важности активного образа жизни. Увеличить перечень игр для детей.

**Подвижные игры**: «Захват флага», «Шишки, желуди, орехи», «Третий лишний» .Групповая игра: «Ловля парами»,«Заяц без логова», «Воробьи, вороны», «Пустое место», «Борьба за флажки» «Русская лапта».

**Зимние забавы.**

Зимние игры должны быть эмоциональными и энергичными.

Игры на улице в зимнее время закаляют детей, повышают иммунитет, хорошо очищают легкие.

Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров», «Взятие снежного городка», Эстафета на санках. Лыжные гонки.

**Игры – эстафеты**.

Игры – эстафеты способствуют развитию физических качеств (быстроты, ловкости, выносливости, координационных способностей). Они характеризуются совместной деятельностью команды, направленной на достижение общих целей, подчинением личных интересов интересам всей команды, а также тем, что от действий каждого игрока зависит победа всей команды.

«Команда быстроногих», «Эстафеты-поезда», «Большая круговая эстафета», «Эстафеты с бегом и прыжками», «Эстафеты с преодолением препятствий» Веселые старты "Лабиринт".

**Подвижные игры с мячом.**

Игры с мячом - это подводящие упражнения к спортивным играм, они развивают навыки владения мячом, различные технические действия.

«Охотники и утки», «Не урони мяч», «Брось – поймай», «Горячая картошка», «Штандер – стоп», «Перестрелка», «Мяч капитану ».

**Учебно-тематический план**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Наименование разделов и тем |
|
| **Вводное занятие. За здоровый образ жизни. (1ч)** | |
| 1. | Техника безопасности во время занятий подвижными играми. |
| **Спорт любить — здоровым быть! (10 ч)** | |
| 2 | Народные игры. |
| 3 | Играя, подружись с бегом. |
| 4 | Сюжетные игры. |
| 5 | Игры на развитие быстроты. |
| 6 | Игра «Ловля парами». |
| 7 | Игра «Русская лапта». |
| 8 | Игра «Захват флага» |
| 9 | Игра «Шишки, желуди, орехи» |
| 10 | Игра «Пустое место» |
| 11 | Игра «Борьба за флажки» |
| **Зимние забавы (9ч)** | |
| 12 | Правила безопасного поведения зимой. |
| 13 | Зимние забавы |
| 14 | Строим из снега. |
| 15 | Игра «Гонки снежных комов». |
| 16 | Игра «Взятие снежного городка». |
| 17 | Эстафеты на санках |
| 18 | Катание с горы на лыжах и санках. |
| 19 | Эстафеты на лыжах. |
| 20 | Игры на лыжах |
| **Игры – эстафеты (6)** | |
| 21 | Эстафеты с мячами. |
| 22 | Чемпионы малого мяча. |
| 23 | Эстафеты с бегом и прыжками. |
| 24 | Эстафеты с преодолением препятствий |
| 25 | Веселые старты |
| 26 | Эстафеты с предметами. |
| **Подвижные игры с мячом (8ч)** | |
| 27 | Мой веселый звонкий мяч! |
| 28 | Школа мяча |
| 29 | Игра «Охотники и утки» |
| 30 | Игра «Перестрелка» |
| 31 | Игра «Мяч капитану» |
| 32 | Игра «Защита укрепления» |
| 33 | Игра «Горячая картошка» |
| 34 | Игра «Штандер – стоп» |

Согласовано на Педагогическом совете школы

Протокол от 30.08.2024 №14

Председатель Педсовета Е.А.Шапкина.