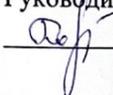


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Гимназия №25» города Курска

ПРИНЯТО

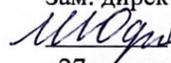
Решением методического
объединения педагогов
дополнительного образования
МБОУ «Гимназия №25»
Протокол от «23» августа 2024 г.
№1

Руководитель МО

 /Косяшникова Н.В.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ВР

 Юдина М.И.
«27» августа 2024 года

Рабочая программа
учебного курса внеурочной деятельности

«Олимпийские старты»

(физкультурно-спортивная направленность)

Уровень начального общего образования

Срок освоения программы: 1 год (1 классы)

Составитель:

Трунова В.М.,
учитель физической культуры МБОУ «Гимназия №25» г.Курска

Курск, 2024

1. Пояснительная записка

Программа «Быстрее, выше, сильнее!» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности. Данная программа кружка «Быстрее, выше, сильнее!» разработана в условиях реализации ФГОС нового поколения. В основу разработки программы положены следующие документы:

- Концепция духовно-нравственного воспитания российских школьников
- Концепция Федеральных государственных образовательных стандартов общего поколения
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373, зарегистрирован в Минюсте России 22 декабря 2009 г., регистрационный номер 17785) с изменениями (утверждены приказом Минобрнауки России от 26 ноября 2010 г. № 1241, зарегистрированы в Минюсте России 4 февраля 2011 г., регистрационный номер 19707);

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В программе образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана. В 1 классе - 35 часов в год, 1 час в неделю. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее!» нацелена на формирование у обучающихся ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков обучающихся по гигиенической культуре, на формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, на использование их в целях досуга, отдыха.

Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

2. Цели и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее!» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностно ориентированный подходы.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее!» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- ⇒ содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащихся;
- ⇒ удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

1. Формирование:

- здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

2. **Обучение:**

- ✎ жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- ✎ элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- ✎ упражнениям подвижных игр

3. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие; умение выражать свои эмоции; понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;
- 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 «Быстрее, выше, сильнее!» 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 «Быстрее, выше, сильнее!» - 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 иллюстрацией, 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 источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- 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 рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- 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 письменной речи (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 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).

4. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению обучающиеся должны **ЗНАТЬ**:

- способы воспитания двигательных способностей;
- основные виды движения;
- виды подвижных игр;
- правила игры;
- малые формы двигательной активности;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека

УМЕТЬ:

- самостоятельно выполнять профилактические и общеукрепляющие комплексы физических упражнений;
- играть в подвижные игры, соблюдая правила;
- применять полученные навыки в самостоятельных и групповых занятиях.

Результатом реализации данной программы является:

- ❖ укрепление здоровья и закаливание организма занимающихся, воспитание интереса к занятиям спортом, понимание роли и значения занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;
- ❖ высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни;
- ❖ высокий уровень активности родителей по вопросам сохранения здоровья;
- ❖ обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.

В конце каждого года запланировано итоговое занятие в форме спортивного праздника, с привлечением родителей. Программа «Быстрее, выше, сильнее!» рассчитано в 1 классе на 35 часов по 1 занятию в неделю.

5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Аудиторные	Внеаудиторные	Содержание
1	Тест на знакомство с играми	1ч	1ч		На знание подвижных игр
2	Беседа «Что мы знаем об игре»	1ч	1ч		Знакомство с ТБ; Знакомство с правилами игр.
3	Игры на свежем воздухе	1ч	1ч		За круглым столом
4	Игра «Гуси - лебеди»	1ч	1ч		Познакомить с правилами игры;
5	Игра «Атомы и молекулы»	1ч	1ч		Знакомство с правилами игры и игра вместе с детьми
6	Игра «Два медведя»	1ч	1ч		Освоение правил игры
7	Игра «Вызов»	1ч	1ч		Освоение правила игры
8	Беседа «Игры на внимание»	1ч	1ч		Знакомство с играми на внимание
9	Игра на внимание «Светофор»	1ч	1ч		Освоение правила игры
10	Игра на внимание «Земля, воздух, вода, огонь»	1ч	1ч		Освоение правила игры
11	Игра на внимание «Сантики – фантики лим-по-по»	1ч	1ч		Знакомство с правилами игры
12	Игра на внимание «Вороны и воробьи»	1ч	1ч		Знакомство с правилами игры
13	Игры с быстрым нахождением места	1ч	1ч		Круглый стол
14	Игра «Море волнуется!»	1ч	1ч		Совершенствовать игру на практике

15	Игра «Гусёк»	1ч	1ч		Освоение правил игры
16	Игры - поиски	1ч	1ч		КВН
17	Игра «Отгадай, кто подходил»	1ч	1ч		Освоение правил игры
18	Игра «Холодно-горячо»	1ч	1ч		Освоение правил игры
19	«В мире спорта!»	1ч	1ч		Викторина
20	Зимние игры	1ч	1ч		Поле чудес
21	Игры «В снежки»	1ч	1ч		Совершенствовать правила игры и ТБ
22	Настольные игры	1ч	1ч		Видеофрагменты настольных игр
23	Игра «Шахматы»	1ч	1ч		Знакомство с правилом игры; научиться играть в шахматы
24	Игра «Шашки»	1ч	1ч		Совершенствование правил игры
25	Игротека «На болоте»	1ч	1ч		Освоение правил игры «На болоте»
26	Интеллектуальные игры	1ч	1ч		Интеллектуальная игра
27	Игра «Собери пословицу»	1ч	1ч		Работа в командах
28	«Спорт – вокруг нас!»	1ч	1ч		Викторина
29	Игра с мячом «Картошка»	1ч	1ч		Совершенствование правил игры на практике
30	Игры на переменах	1ч	1ч		Знакомство с играми разных народов
31	Игра «Летела ворона»	1ч	1ч		Совершенствовать правила игры на практике
32	Игры разных народов	1ч	1ч		Знакомство с играми разных народов
33	Латышская игра «Решето»	1ч	1ч		Знакомство с правилом игры
34	Спортивный праздник «Я, Ты, Он, Она – вместе классная семья»	1ч	1ч		Эстафета
35	Тест по подвижным играм	1ч	1ч		На усвоение знаний об играх

6.Содержание

№ п/п	Тема занятия	Часы	Содержание
1	Тест на знакомство с играми	1ч	На знание подвижных игр
2	Беседа «Что мы знаем об игре»	1ч	Знакомство с ТБ; Знакомство с правилами игр.
3	Игры на свежем воздухе	1ч	За круглым столом
4	Игра «Гуси - лебеди»	1ч	Познакомить с правилами игры;
5	Игра «Атомы и молекулы»	1ч	Знакомство с правилами игры и игра вместе с детьми
6	Игра «Два медведя»	1ч	Освоение правил игры
7	Игра «Вызов»	1ч	Освоение правила игры
8	Беседа «Игры на внимание»	1ч	Знакомство с играми на внимание
9	Игра на внимание «Светофор»	1ч	Освоение правила игры
10	Игра на внимание «Земля, воздух, вода, огонь»	1ч	Освоение правила игры
11	Игра на внимание «Сантики – фантики лим-по-по»	1ч	Знакомство с правилами игры
12	Игра на внимание «Вороны и воробьи»	1ч	Знакомство с правилами игры
13	Игры с быстрым нахождением места	1ч	Круглый стол
14	Игра «Море волнуется!»	1ч	Совершенствовать игру на практике
15	Игра «Гусёк»	1ч	Освоение правил игры
16	Игры – поиски	1ч	КВН
17	Игра «Отгадай, кто подходил»	1ч	Освоение правил игры
18	Игра «Холодно-горячо»	1ч	Освоение правил игры
19	«В мире спорта!»	1ч	Викторина
20	Зимние игры	1ч	Поле чудес
21	Игры «В снежки»	1ч	Совершенствовать правила игры и ТБ
22	Настольные игры	1ч	Видеофрагменты настольных игр
23	Игра «Шахматы»	1ч	Знакомство с правилом игры; научиться играть в шахматы
24	Игра «Шашки»	1ч	Совершенствование правил игры
25	Игротека «На болоте»	1ч	Освоение правил игры «На болоте»
26	Интеллектуальные игры	1ч	Интеллектуальная игра
27	Игра «Собери пословицу»	1ч	Работа в командах
28	«Спорт – вокруг нас!»	1ч	Викторина
29	Игра с мячом «Картошка»	1ч	Совершенствование правил игры на практике
30	Игры на переменах	1ч	Знакомство с играми разных народов
31	Игра «Летела ворона»	1ч	Совершенствовать правила игры на практике

32	Игры разных народов	1ч	Знакомство с играми разных народов
33	Латышская игра «Решето»	1ч	Знакомство с правилом игры
34	Спортивный праздник «Я, Ты, Он, Она – вместе классная семья»	1ч	Эстафета
35	Тест по подвижным играм	1ч	На усвоение знаний об играх

Список использованных источников

1. Ковалько, В.И., Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. [Текст] – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя
2. Патрикеев, А.Ю., Подвижные игры.1-4 класса. [Текст] М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
3. Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению [Электронный ресурс].- Режим доступа - <https://multiurok.ru/>
4. Синягина, Н.Ю., Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с