

Комитет администрации города Славгорода Алтайского края по образованию
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей № 17» города Славгорода Алтайского края

Рассмотрено на заседании УМО
начальных классов
МБОУ «Лицей № 17»,
протокол от 29 августа 2023 г. № 1

Согласовано
на заседании научно-
методического совета МБОУ
«Лицей № 17», протокол от 29
августа 2023 г. № 1

Утверждено
приказом
МБОУ «Лицей № 17»
№ 281 от 31 августа 2023 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Крепыш»
начального общего образования
для учащихся 3 классов
Срок реализации программы: 2023-2024 учебный год

Составитель:
Загирова Людмила Николаевна
Тараненко Наталья Петровна,
учителя начальных классов
высшей квалификационной категории

Цель: обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных **задач**:

Обучающие:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- обучение разнообразным правилам игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

Развивающие:

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- гармоничное развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
- повышение физической и умственной работоспособности школьника.

Воспитывающие:

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
- привить учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Особенности программы.

Предлагаемая учебная программа по физической культуре знакомит учащихся с играми, игровыми ситуациями. Процесс формирования первичных умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей, ведь детские подвижные игры несут огромную, и может быть самую важную роль в физическом развитии ребенка.

Личностными результатами освоения, учащимися содержания программы являются следующие умения:

- 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 освоения, учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Формирование универсальных учебных действий

Личностные УДД

- ценностно-смысловая ориентация учащихся,
- нравственно-этическое оценивание

Коммуникативные УДД

- умение выражать свои мысли,
- разрешение конфликтов, постановка вопросов.
- управление поведением партнера: контроль, коррекция,
- планирование сотрудничества с учителем и сверстниками,
- построение высказываний в соответствии с условиями коммутиации.

Регулятивные УДД

- целеполагание,
- волевая саморегуляция,
- коррекция,
- оценка качества и уровня усвоения,
- контроль в форме сличения с эталоном,
- планирование промежуточных целей с учетом результата.

Познавательные универсальные действия (общеучебные):

- выделение и формулирование учебной цели,
- поиск и выделение необходимой информации,
- анализ объектов,

Ожидаемые результаты:

К концу третьего года обучения дети

должны иметь представление:

- *об историческом наследии русского народа и видах игр;*

- о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

должны знать:

- правила проведения игр, эстафет и праздников;
- основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- основы правильного питания;
- правила поведения во время игры.

должны уметь:

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

Материально- техническое обеспечение программы:

- теннисные мячи;
- наборы кубиков (по 9 штук в каждом);
- гимнастические обручи;
- резиновые мячи;
- мячи – прыгунки;
- платочки;
- скакалки;
- 2 декоративные удочки;
- флажки

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Содержание	Общее количество часов		Элементы содержания	Дата по плану	Дата по факту
		теория	практика			
1.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	1		Инструктаж по технике безопасности о поведении на улице, на стадионе, при занятиях с мячами, ответственно относиться к разминке, внешнему виду, спортивной форме, самочувствию, не нарушать дисциплину		
2	<i>Правила игры. Обязательны ли они для всех?</i>	1				

3	Бег на расстояние 10 м, 30 м, 60 м. Стартовые ускорения. Упражнения с мячом (перемена мест, передача мяча по кругу, гонка с мячом по кругу). П/и «Горячее место», «Лягушка», П.И: «День и ночь», «Салки без мяча».		4	Перемена мест, передача мяча по кругу, гонка с мячом по кругу, «Горячее место», «Лягушка», «Лиса в норку», «Гуси-лебеди», салки с домом, «Два Мороза», «Колдуны».		
4-5	Бег. Пробегание отрезков 30 м, 60 м. Упражнения с мячом П.И «Третий лишний», «Удочка», «Горячее место», «Лягушка», «День и ночь», «Салки без мяча». Комбинированные эстафеты		6			
6 - 7	Бег приставным шагами (правым и левым боком, спиной вперед). Упражнения с мячом П.И: «День и ночь», «Горячее место», «Лягушка», Комбинированные эстафеты.		4			
8 - 12	Упражнения с мячом (перемена мест, передача мяча по кругу, гонка с мячом по кругу). «Горячее место», «Лягушка», П.И: «День и ночь», «Салки без мяча».		6			
13 - 17	Специально беговые упражнения, челночный бег, бег с изменением направления Прыжки вперед и назад «лягушкой» <i>Поисковые игры.</i>		12	«Палочка-выручалочка», прятки, «Золото хороню», «Двое слепых», жмурки на местах, в кругу.		

Лист внесения изменений

Дата проведения занятия планируе	Дата проведения занятия фактичес	Тема занятия	Основание для внесения изменений в программу (номер, дата приказа,
----------------------------------	----------------------------------	--------------	--

мая	кая		причина)

Контроль выполнения программы

Объекты контроля	ВД «Крепыш»						
Запланировано занятий							
1 четверть							
2 четверть							
3 четверть							
4 четверть							
год							
Проведено занятий							
1 четверть							
2 четверть							
3 четверть							
4 четверть							
год							
Запланировано тем							
1 четверть							
2 четверть							
3 четверть							
4 четверть							
год							
Выдано тем							
1 четверть							
2 четверть							
3 четверть							
4 четверть							
год							