

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

МО Заокский район

МКОУ "Русятинская ООП"

ПРИНЯТО

На заседании
педагогического
совета

Протокол №202
от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
С. В. Сурютенко В.И.
Приказ № 30
от «31» августа 2023 г.

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Спортивный калейдоскоп»
для учащихся 3 класс**

Русятино 2023

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

МО Заокский район

МКОУ "Русятинская ООШ"

ПРИНЯТО

На заседании
педагогического
совета

Протокол №202
от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор _____

Сухорученко В.И.
Приказ № 302
от «31» августа 2023 г.

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Спортивный калейдоскоп»
для учащихся 3 класс**

Русятино 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности для 3 класса «Спортивный калейдоскоп» является частью основной образовательной программы начального общего образования МКОУ «Русятинская ООШ» на 2023– 2024 учебный год и разработана на основе следующих документов:

Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования
Программы по внеурочной деятельности МБОУ Фоминской СОШ на 2021-2022 учебный год;
Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич, (М.1- Просвещение, 2017. - 8-е изд. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации.)

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивный калейдоскоп» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья и направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников.

Цель программы:

- создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.
- удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;

- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе;
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;

развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Данная программа рассчитана на 34 часов (1 час в неделю).

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Коммуникативные универсальные учебные действия

обеспечивают социальную компетентность и учёт позиции других людей, партнёров по общению или деятельности; умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

К коммуникативным действиям относятся:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

Личностными результатами кружка «Спортивный калейдоскоп» являются следующие умения:

–*оценивать* поступки людей, жизненные и 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;

Метапредметными результатами курса «Спортивный калейдоскоп» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать* цель деятельности с помощью учителя;
- *проговаривать* последовательность действий во время занятия;
- учиться *работать* по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- умение *делать выводы* в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- умение *оформлять* свои мысли в устной форме
- *слушать* и *понимать* речь других;

Договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;

- учиться *работать в паре, группе*; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

Содержание курса внеурочной деятельности

Легкая атлетика.

Бег с вращением вокруг своей оси на полусогнутых ногах, зигзагом, в парах. Физические качества. Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей. Закаливание солнечными ваннами. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей

Подвижные игры с элементами баскетбола.

Обучение элементам игры в баскетбол. Перемещение. Ведение мяча на месте, в движении. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафеты с баскетбольным мячом. Утренняя гигиеническая гимнастика. Режим дня.

Гимнастика с элементами акробатики.

Правильное дыхание и сердцебиение. Упражнения на развитие двигательных навыков. Оказание первой медицинской помощи. Закаливающие процедуры. Метание теннисного мяча.

Подвижные игры.

Разучивание элементов техники игры в волейбол. Держание, ловля, бросок и передача мяча. Перекаты, группировки

Зимние игры на снеговой площадке.

В этот раздел вошли игры на свежем воздухе в зимнее время. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др. Игра в снежки, лепка снежных баб.

Простые и усложненные игры-догонялки.

Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок, в которых один ловит всех, и, кончая сложными салками, в которых одна команда догоняет другую, разные условия и разные правила.

По дорожкам здоровья.

Дыхательные упражнения. Физические качества младшего школьника. Развитие физических качеств. Режим труда и отдыха. Правильное питание спортсменов.

Календарно - тематическое планирование курса «Спортивный калейдоскоп» 3 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
1	Беседа по ТБ. Мир движений. «Пустое место», «Белые медведи».	1		
2	Мир движений. «Белые медведи», «К своим флажкам».	1		
3	Подвижные игры. «Переправа». Весёлые старты: «Лабиринт»	1		
4	Учись быстроте и ловкости. «Пятнашки маршем», «Космонавты».	1		
5	Сила нужна каждому. «Прыжки по полоскам», «Удочка», «Прыгающие воробьи».	1		
6.	Ловкий. Гибкий. «Волк во рву», «Скакуны», «Поймай меня».	1		
7	Весёлая скакалка. «Прыжки челноком».	1		
8	Русские народные игры: «Коршун», «Вышибалы».	1		
9	Эстафета с лазаньем и перелезанием.	1		
10	Бег с мячом. Бег по линиям. Игра «День и ночь».	1		
11	Игра на внимание «Гусеница».	1		
12	Разучивание игры «Стань правильно», «Карлики и великаны».	1		
13	Групповая игра «Светофор»	1		
14	Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов».	1		
15	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	1		
16	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	1		
17	Эстафета на санках.	1		
18	Игра «Взятие снежного городка».	1		
19	Игры на снегу.	1		
20	Личная гигиена	1		
21	Закаливающие процедуры.	1		

22	Веселые старты.	1		
23	Игры русского народа. «Кот и мышь»	1		
24	Игры разных народов. «Сторож»	1		
25	Командная игра: «Вороны и воробьи»	1		
26	Русская народная игра «Водяной»	1		
27	Групповая игра «Поймай хвост дракона»	1		
28	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».	1		
29	Большая игра с малым мячом. «Чемпионы малого мяча».	1		
30	Эстафеты с преодолением препятствий.	1		
31	Разнообразный мир упражнений. Перекаты, группировки	1		
32	Физические упражнения и здоровье. Утомление.	1		
33	Дыхательные упражнения	1		
34	Физические качества младшего школьника. Развитие физических качеств.	1		

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

- Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, - В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007. – 128 с.
- Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. - М.: Просвещение, 2007 г. – 128с.
- Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с.
- Подвижные игры учащихся. М.: Учпедгиз, 2007. – 106с.

Принято, проанализировано и согласовано

директору

А. С. Шевченко листа

Директор школы: В. В. Влас

Сухорученко В.И.

