

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Бузаевка
муниципального района Кинельский Самарской области

ПРОВЕРЕНО

зам. дир. по УВР

Михальченко Н.Н.

СОГЛАСОВАНО

руководитель МО

учителей-предметников

Михальченко Н.Н.

Протокол №1

От «04» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

директор школы

Разоренова И.А.

Приказ №120-ОД

От «04» августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Спортивная тропинка»

Направление: спортивно-оздоровительная деятельность

для обучающихся 1-3 классов

(Форма организации: динамическая пауза)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, федеральной образовательной программы начального общего образования, основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ СОШ с. Бузаевка.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивная тропинка» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формирование установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развитие навыка самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
- создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- 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 подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Программа внеурочной деятельности рассчитана на **270** часов, реализуется в течение четырех лет. Используется время, отведенное на внеурочную деятельность.

Сроки реализации образовательной программы и режим занятий:

-1 класс - 66 часов

-2 класс – 34 часа

-3 класс - 34 часа

Продолжительность занятий 40 минут, занятия проводятся два раза в неделю. Срок реализации рабочей программы **3 года**.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты

У выпускника будут сформированы:

– ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;

– знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;

– развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;

– установка на здоровый образ жизни.

Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

– принимать и сохранять учебную задачу;

– планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;

– учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;

– оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;

– адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

– различать способ и результат действия.

Познавательные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи;
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
- устанавливать аналогии.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;

- контролировать действия партнера;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Занятия проводятся **в спортивном зале, на спортивной площадке, на свежем воздухе**. Курс может вести как классный руководитель, так и любой другой учитель начальных классов, учитель физической культуры.

Здоровьесберегающая 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. **Место проведения:** в спортивном зале (холодное время года), на спортивной площадке (в теплое время года). **Форма подведения итогов** реализации программы – соревнования, викторины

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1 класс

1. Игры на развитие координации движений: «Ловишка», «Салки» «К своим флажкам», «Жмурки», «Совушка».
2. Интегрированные уроки «Если хочешь быть здоров»: беседа «Если хочешь быть здоров», игра «Успей убежать», « Бой петухов», беседа «Дружи с водой», игра «Не попадись», «Море волнуется, раз...» беседа «Забота о коже», игра «Кого назвали, тот и ловит», беседа «Уход за ушами» и игра «Воробы и вороны», «Вызов номеров».
3. Интегрированные уроки «Учимся следить за собой»: беседа «Уход за зубами», игра «Дедушка и детки», беседа «Забота о глазах», игра «Охотник и утки», беседа «Как я одеваюсь», игра «Белые медведи»,

беседа «Моя красивая осанка», игра «Переноска арбузов», беседа «Уход за руками и ногами», игра «Поймай лягушку».

4. Игры на развитие ловкости: «Будь ловким», «Хитрая лиса», «Волк во рву» «Медведи и пчелы», «Охотники и утки», «Удочка», «Не давай мяч водящему»

2 класс

1. Подвижные игры: «Колдун», «Два Медведя», «Совушка», «Ручеек», «Гуси-лебеди».
2. Интегрированные уроки: «Какой я», беседа «Я какой был», игра «Пчелы и медведи», беседа «Чем я отличаюсь от взрослого», игра «Горелки», беседа «Моё настроение», игра «День и ночь», беседа «Из чего я сделан», игра «Перемена мест».
3. Интегрированные уроки: «Какой я внутри», беседа «Какой я внутри», игра «Удочка», беседа «Почему я не падаю», игра «Волки во рву», беседа «Моя красивая осанка», игра «Салки», беседа «Зачем человек ест», игра «Снежки», беседа «Как правильно есть», игра «Перестрелка».
4. Игры на развитие координации движений: игра «Чай - чай, выручай», игра «Космонавты», игра «Перебежки», игра «Сбей городок».

3 класс

1. Игры на повышение интереса к ЗОЖ: «Охотник и утки», «Рыбаки и рыбки», «Тише едешь, дальше будешь», «Запрещенное движение».
2. Интегрированные уроки «О правильном питании»: беседа «Полезная пища», игра «Пионербол», беседа «Вредная пища», игра «Достань мяч», беседа «Овощи. Блюда из овощей», игра «Белые медведи», беседа «Фрукты. Мой любимый сок», игра «Охотники и лайки».
3. Интегрированные уроки «Наши главные органы»: беседа «Как я чищу зубы», игра «Бой петухов», беседа «Мой нос это фильтр, печка и сторожевой пост», игра «Мяч в воздухе», беседа «Аптечка на кухне», игра «Воробьи и кошка», беседа «Почки, которые никогда не станут

цветами», игра «Воробьи и вороны», беседа «Пещера-скороварка с привратником у входа (желудок)», игра «Штандир».

4. Игры на природе: «Зайчики», «Прыгуны», «Один в круге», «Рыбная ловля».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ п\п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	Практич.	Всего	
1.	Игры на координацию движений	-	18	18	соревнование
2.	Интегрированные уроки «Если хочешь быть здоров»	6	8	14	викторина
3.	Интегрированные уроки «Учимся следить за собой»	10	10	20	викторина
4.	Игры на развитие ловкости	-	14	14	соревнование
	Итого:	16	50	66	

2 класс

№ п\п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Подвижные игры	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные уроки «Какой я»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные уроки «Какой я внутри»	5	5	10	викторина
4.	Игры на развитие координации движений	-	8	8	соревнование
	Итого:	8	26	34	

3 класс

№ п\п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Игры на повышение интереса к ЗОЖ	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные уроки «О правильном питании»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные уроки «Наши главные органы»	5	5	10	викторина
4.	Игры на природе	-	8	8	соревнование
	Итого:	8	26	34	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ В 1 КЛАССЕ

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество во часов	Дата проведения
1 класс (66ч.)			
Подвижные игры (18 часов)			
1 - 4	Игра «Ловишка»	4	
5 - 8.	Игра «Салки»	4	
9 - 12.	Игра «К своим флажкам»	4	
13 - 16.	Игра «Жмурки»	4	
17,18	Игра «Совушка»	2	
Интегрированные уроки (14 часов)			
19,20	Если хочешь быть здоров	2	
21,22	Игры «Успей выбежать», «Бой петухов»	2	
23,24	Друзи с водой	2	
25,26	Игра «Не попадись», «Море волнуется, раз...»	2	
27,28	Забота о коже	2	
29,30	Игра «Кого называли, тот и ловит»	2	
31,32	Уход за ушами. Игра «Вороны и воробы», «Вызов номеров»	2	
Интегрированные уроки (20 часов)			

33,24	Уход за зубами	2	
35,36	Игра «Дедушка и детки»	2	
37,38	Забота о глазах	2	
39,40	Игра «Охотник и утки», «Удочка»	2	
41,42	Как я одеваюсь	2	
43,44	Игра «Белые медведи»	2	
45,46	Моя красивая осанка	2	
47,48	Игра «Переноска арбузов»	2	
49,50	Уход за руками и ногами	2	
51,52	Игра «Поймай лягушку»	2	
Подвижные игры (14 часов)			
53-56	Игра «Будь ловким», «Космонавты»	4	
57-60	Игра «Хитрая лиса», «Волк во рву»	4	
61-64	Игра «Медведи и пчелы»	4	
65,66.	Игра «Охотники и утки», « Не давай мяч водящему»	2	
	Итого:	66	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВО 2 КЛАССЕ

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов	Дата проведения
2 класс (34 ч.)			
Подвижные игры (9 ч.)			
1 - 2	Игра «Колдун»	2	
3-4	Игра «Два медведя»	2	
5-6	Игра «Совушка»	2	
7-8	Игра «Ручеек»	2	
9	Игра «Гуси лебеди»	1	
Интегрированные уроки (7 ч.)			
10	«Я». Какой я был	1	
11	Игра «Пчелы и медведи»	1	
12	Чем я отличаюсь от взрослого	1	
13	Игра «Горелки»	1	
14	Мое настроение	1	
15	Игра «День ночь»	1	
16	Из чего я сделан. Игра «Перемена мест»	1	
Интегрированные уроки (10 ч.)			
17	Какой я внутри	1	
18	Игра «Удочка»	1	

19	Почему я не падаю	1	
20	Игра «Волк во рву»	1	
21	Моя красивая осанка	1	
22	Игра «Салки»	1	
23	Зачем человек ест	1	
24	Игра «Снежки»	1	
25	Как правильно есть	1	
26	Игра «Перестрелка»	1	
Подвижные игры (8 ч.)			
27-28	Игра «Чай-чай, выручай»	2	
29-30	Игра «Космонавты»	2	
31-32	Игра «Перебежки»	2	
33-34	Игра «Сбей городок»	2	
	Итого:	34	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ В 3 КЛАССЕ

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов	Дата проведения
3 класс (34 ч.)			
Подвижные игры (9 ч.)			
1 - 2	Игра «Охотники и утки»	2	
3 - 4	Игра «Рыбаки и рыбки»	2	
5 - 6	Игра «Тише едешь - дальше будешь»	2	
7-8	Игра «Запрещенное движение»	2	
9	Игра «Ручеек»	1	
Интегрированные уроки (7 ч.)			
10	Полезная пища	1	
11	Игра «Пионербол»	1	
12	Вредная пища	1	
13	Игра «Достань мяч»	1	
14	Овощи. Блюда из овощей	1	
15	Игра «Белые медведи»	1	
16	Фрукты. Мой любимый сок. Игра «Охотники и лайки»	1	
Интегрированные уроки (10 ч.)			
17	Как я чищу зубы	1	
18	Игра «Бой петухов»	1	
19	Мой нос – это фильтр, печка и сторожевой пост	1	

20	Игра «Мяч в воздухе»	1	
21	Аптечка на кухне	1	
22	Игра «Воробьи и кошка»	1	
23	Почки, которые никогда не станут цветами	1	
24	Игра «Воробьи и вороны»	1	
25	Пещера-скороварка с привратником у входа (желудок)	1	
26	Игра «Штандир»	1	
Подвижные игры (8 ч.)			
27-28	Игра «Зайчики»	2	
29-30	Игра «Прыгуны»	2	
31-32	Игра «Один в круге»	2	
33-34	Игра «Рыбная ловля»	2	
	Итого:	34	