****

Программа кружка спортивно-оздоровительной деятельности для учащихся 3-го класса Орловской православной гимназии

Содержание:

1. Пояснительная записка.
2. Примерное тематическое планирование и содержание деятельности.
3. Ожидаемые результаты реализации программы.
4. Календарно-тематическое планирование.
5. Реализация программы.

### Пояснительная записка

Воспитание является одним из важнейших компонентов образования в интересах человека, общества, государства. Основными задачами воспитания на современном этапе развития нашего общества являются: формирование у обучающихся гражданской ответственности и правового самосознания, духовности и культуры, инициативности, самостоятельности, способности к успешной социализации в обществе. Воспитание детей происходит в любой момент их деятельности. Однако наиболее продуктивно это воспитание осуществлять в свободное от обучения время.

Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся. Внеурочная деятельность понимается сегодня преимущественно как деятельность, организуемая во внеурочное время для удовлетворения потребностей учащихся в содержательном досуге, их участии в самоуправлении и общественно полезной деятельности. В настоящее время в связи с переходом на новые стандарты второго поколения происходит совершенствование внеурочной деятельности.

Настоящая программа разработана с учетом типа и вида образовательного учреждения, потребностей и запросов участников образовательного процесса и создает условия для социального и культурного самоопределения, творческой самореализации личности ребёнка, её интеграции в системе мировой и отечественной культур.

Программа педагогически целесообразна, так как способствует более разностороннему раскрытию индивидуальных способностей ребенка, которые не всегда удаётся рассмотреть на уроке, развитию у детей интереса к различным видам деятельности, желанию активно участвовать в продуктивной, одобряемой обществом деятельности, умению самостоятельно организовать своё свободное время. Спортивно-оздоровительный вид внеклассной деятельности обогащает опыт коллективного взаимодействия школьников, что даёт большой воспитательный эффект.

Данная программа представляет собой вариант организации внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности учащихся 3-го класса начальной ступени общего образования. Реализация программы происходит в течение одного учебного года.

Программа ориентирована на реализацию следующих целей:

– способствовать развитию личности школьника, его творческих способностей;

– способствовать освоению детьми социальных норм, необходимых для существования в современном обществе, а именно – норм ведения здорового образа жизни, норм сохранения и поддержания здоровья;

– способствовать развитию позитивного отношения учащихся к базовым ценностям современного российского общества, а именно к таким ценностям, как человек, здоровье, Отечество, родная культура;

– способствовать приобретению учащимися нового социального опыта, его применения и преобразования при выстраивании собственного социального поведения.

В процессе реализации программы планируется решение задач:

– формирование у учащихся первого класса умения ориентироваться в новой социальной среде;

– формирование коммуникативной культуры, умения общаться и сотрудничать;

– развитие волевой и эмоциональной регуляции поведения и деятельности;

– воспитание духовно-нравственных качеств личности;

– мотивирование учащихся к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;

– обучение способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности;

– релаксация учащихся.

Данная программа основывается на следующих принципах:

– природосообразности – спортивно-оздоровительная деятельность школьников должна основываться на научном понимании взаимосвязи естественных и социальных процессов, согласовываться с общими законами развития природы и человека, воспитывать его сообразно полу и возрасту, а также формировать у него ответственность за развитие самого себя;

– возрастосообразности – учет возрастных особенностей учащихся 1-го класса, поскольку на каждом возрастном этапе перед человеком встает ряд специфических задач, от решения которых зависит его личностное развитие;

– культуросообразности - учет общечеловеческих ценностей, ценностей и норм национальной культуры;

– коллективности – получение опыта жизни в обществе, опыта взаимодействия с окружающими;

– доступности и наглядности;

– целенаправленности и последовательности (от простого к сложному);

– диалогичности – взаимного понимания, признания и принятия;

– патриотической направленности – обеспечение идентификации себя с Россией, ее культурой;

– проектности – подготовка и выведение учащихся в самостоятельное проектное действие, развертываемое в логике замысел-реализация-рефлексия;

– поддержки самоопределения воспитанника – формирование осмысленного и ответственного отношения к собственному здоровью.

Спортивно-оздоровительная деятельность в третьем классе реализуется в форме кружка «Подвижные игры».

Подвижные игры являются одним из самых массовых и доступных средств физического воспитания детей, начиная с самого раннего возраста.

Игра - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственной человеку. Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания, средством спорта. Игры, используемые для физического воспитания, очень разнообразны. Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх развиваются способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры. Большое образовательное значение имеют подвижные игры, проводимые на местности в летних и зимних условиях.

Правильно ходить, быстро бегать, смело прыгать, ловко лазать и бросать мяч ребенок проще всего научится в подвижной игре, когда он незаметно для себя, без принуждения выполняет предъявляемые требования и совершенствуется как в двигательном развитии, так и в умении правильно вести себя в коллективе. Именно игра способствует наибольшей релаксации учащихся.

Групповые игры учат сплоченности, товариществу, взаимовыручке. Игровой процесс включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем.

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Предполагается еженедельное проведение внеурочных занятий по одному часу в неделю. Всего – 35 часов в год.

**2.Примерное тематическое планирование и содержание деятельности.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Игры** | **Содержание** | **Кол-во часов** | **Дата по плану** | **Фактическая дата** |
| 1 | Вводное занятие. |  | 1 |  |  |
| 2 | Игры с бегом. | Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве. | 8 |  |  |
| 2.1 | «Пустое место» |  | 1 |  |  |
| 2.2 | «Пустое место» |  | 1 |  |  |
| 2.3 | «Белые медведи» |  | 1 |  |  |
| 2.4 | «Космонавты» |  | 1 |  |  |
| 2.5 | «Перебежки» |  | 1 |  |  |
| 2.6 | «Чьё звено скорее соберётся» |  | 1 |  |  |
| 2.7 | «Быстрее по местам» |  | 1 |  |  |
| 2.8 | «Быстрее по местам» |  | 1 |  |  |
| 3 | Игры с прыжками. | Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | 6 |  |  |
| 3.1 | «Кто скорее» |  | 1 |  |  |
| 3.2 | «Кто скорее» |  | 1 |  |  |
| 3.3 | «Прыжки через верёвку» |  | 1 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.4 | «Тетери» |  | 1 |  |  |
| 3.5 | «Тетери» |  | 1 |  |  |
| 3.6 | «Удочка» |  | 1 |  |  |
| 4 | Игры с мячом. | Направлено на закрепление и совершенствование навыков держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве. | 17 |  |  |
| 4.1 | «У кого мяч?» |  | 1 |  |  |
| 4.2 | «Снежные круги» |  | 1 |  |  |
| 4.3 | «Снежные круги» |  | 1 |  |  |
| 4.4 | «Школа мяча» |  | 1 |  |  |
| 4.5 | «Кегли» |  | 1 |  |  |
| 4.6 | «Кегли» |  | 1 |  |  |
| 4.7 | «Гонка мячей в колоннах» |  | 1 |  |  |
| 4.8 | «Бросай далеко, собирай быстрее» |  | 1 |  |  |
| 4.9 | «Попади в камень» |  | 1 |  |  |
| 4.10 | «Успей поймать» |  | 1 |  |  |
| 4.11 | «Шлёпанка» |  | 1 |  |  |
| 4.12 | «Собачки» |  | 1 |  |  |
| 4.13 | «Подвижная цель» |  | 1 |  |  |
| 4.14 | «Передача мяча в тоннеле» |  | 1 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.15 | «Не пропусти мяч» |  | 1 |  |  |
| 4.16 | «Круговая» |  | 1 |  |  |
| 4.17 | «Круговая |  | 1 |  |  |
| 5. | Повторение. Резерв. |  | 3 |  |  |
| 5.1 | Повторение |  | 1 |  |  |
| 5.2 | Повторение |  | 1 |  |  |
| 5.3 | Резерв |  | 1 |  |  |
|  **Итого** | **35** |  |  |

**3. Ожидаемые результаты реализации программы.**

Воспитательные результаты внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности распределяются по трем уровням.

1. Результаты первого уровня (приобретение социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение учащимися знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о правилах безопасности в подвижных играх; о русских народных играх; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах организации досуга других людей.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений учащихся к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к активному отдыху, физкультуре, к родному Отечеству и его культуре, к труду, к другим людям.

3. Результаты третьего уровня (приобретение опыта самостоятельного социального действия): приобретение учащимися опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о других людях и организации их досуга; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими учащимися; опыта принятия на себя ответственности за других.

**Универсальные учебные действия:**

Личностные универсальные учебные действия:

* мотивационная основа на занятиях подвижных игр;
* учебно-познавательный интерес к занятиям подвижных игр.

Регулятивные универсальные учебные действия:

* умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);
* планировать свои действия при игре;
* учитывать правило в планировании и контроле способа решения;
* адекватно воспринимать оценку учителя;
* оценивать правильность выполнения двигательных действий.

Познавательные универсальные учебные действия:

* осуществлять анализ выполненных действий при игре;
* активно включаться в процесс выполнения заданий;
* выражать творческое отношение к выполнению заданий.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

* - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;
* - участвовать в коллективном обсуждении.

**В результате работы по предложенной программе учащиеся получат возможность:**

* выработать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
* сформировать начальное представление о культуре движении;
* научиться сознательно применять физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
* обобщить и углубить знания об истории, культуре народных игр;
* выработать умение работать в коллективе.

Также предполагается, что будет достигаться снижение заболеваемости школьников и числа психоэмоциональных расстройств.

**4.Календарно-тематическое планирование.**

**5. Реализация программы**

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |