

Согласовано

Заместитель директора по ВР
МБОУ «СОШ №26» НМР РТ

 / Н.А. Даминова
от «29» 08 2020 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №26» НМР РТ
/ М.С. Пушканова

Приказ № 225
от «01» 09 2020 г.



**ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

по спортивно-оздоровительному направлению

«Здоровье человека»

Кизим Данила Николаевича

преподавателя-организатора ОБЖ

муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения

«Средняя общеобразовательная школа №26

с углубленным изучением отдельных предметов»

Нижнекамского муниципального района

Республики Татарстан

Срок реализации 1 год

Рассмотрено

на заседании МО

Протокол № 1

от «28» 08 2020 г.

г. Нижнекамск, 2020 г.

1. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

- умения организовывать собственную игровую деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в процессе игры;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия в игре со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса 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 играх и нестандартных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

Ученик научится:

1. Формированию чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России.
2. Формированию уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
3. Ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «родина», «природа», «семья».
4. Уважать свою семью, своих родственников, ценить родителей.
5. Освоить роль ученика; формирование интереса (мотивации) к учению.
6. Внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика».
7. Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи.
8. Ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей.
9. Ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей.
10. Развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им.
11. Развитие навыков сотрудничества; формирование стремления овладеть положительной, гуманистической моделью доброжелательного общения; развитие умения находить выходы из спорных ситуаций.
12. Наличие мотивации к творческому труду, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Ученик получит возможность научиться:

1. Внутренней позиции обучающегося на понимания необходимости учения,
2. Положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
3. Компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;

4. Морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
5. Установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;
6. Эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь другим и обеспечение их благополучия.

1. Регулятивные УУД:

- 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 в процессе игры на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную игровую 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 в процессе игры со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

2. Познавательные УУД:

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- овладению логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установление аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений.
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях.
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза.
- овладению базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи между объектами и процессами (общение, культура, творчество; книга, автор, содержание; художественный текст и др.); осознание связи между предметами гуманитарно-эстетического цикла.

3. Коммуникативные УУД:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой коммуникации.
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.
- формулировать собственное мнение и позицию.
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.
- задавать вопросы.

- использовать речь для регуляции своего действия.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности обучающиеся к окончанию начальной школы **должны:**

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- об играх разных народов;
- о разновидности спортивных игр;
- о соблюдении правил игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные и спортивные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры.

Ожидаемые результаты:

- высокий уровень мотивации здорового образа жизни;
 - укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
 - формирование двигательных действий с мячом;
 - соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом,
 - самостоятельная организация и проведение подвижных и спортивных игр в малых группах сверстников;
 - соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;
 - владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр – проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.
- Способы проверки: проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей), проведение массовых мероприятий, соревнований, конкурсов, праздников, тестирование, обобщающие и закрепляющие занятия.

2. Содержание курса внеурочной деятельности.

Название раздела	Основное содержание раздела	Формы организации и виды деятельности	Количество часов
Основы знаний о народной подвижной игре	Народные игры.	школьные спортивные клубы и секции	2 часа
Занимательные игры	Русские народные игры. «Горелки», «Ловушка». Русские народные игры. «Пятнашки», «Прятки». Русские народные игры. «Гуси», «Охотник и сторож». Групповые игры. «Чай-чай-выручай», «Карусель». Групповые игры. «Совушка», «Штандр».	школьные спортивные клубы и секции	10 часов
Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	Беседа «Двигательная активность и гиподинамия».	школьные спортивные клубы и секции	1 час
Игры-эстафеты	Эстафета с мячами. «Перенеси мяч». Эстафета с мячами. «Кенгуру» Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч». Игра с малым мячом. «Под небеса». Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».	школьные спортивные клубы и секции	7 часов
Подвижные игры разных народов	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки» Игры мордовского народа. «Котел» «Салки». Игры белорусского народа. «Михасик», «Прела-горела». Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок». Игры народов Востока. «Скачки», «Собери яблоки». Игры украинского народа. «Высокий дуб» «Колдун». Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек». Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки». Игры калмыцкого народа. «Альчики», «Забрасывание белого мяча». Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	школьные спортивные клубы и секции	18 часов
Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча». Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением. Бег с изменяющимся направлением движения («змейкой», «по кругу», «спиной вперед»).	школьные спортивные клубы и секции	6 часов
Высокий старт с	Игра зимой на воздухе. «Городки». Игра зимой на воздухе. «Снежный	школьные	8 часов

последующим стартовым ускорением	боулинг». Игра зимой на воздухе. «Гонки снежных комов». Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров». Строительные игры из снега. «Скатывание шаров». Игровая программа «Зимние забавы» «Зимняя импровизация» - лепка скульптур из снега. Игра – эстафета «Взятие снежного городка»	спортивные клубы и секции	
Бег из разных исходных положений и с разным положением рук.	Подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка». Подвижные игры, основанные на элементах легкой атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву». Подвижные игры, основанные на элементах лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»; Подвижные игры, основанные на элементах спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки». Подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка». Подвижные игры, основанные на элементах легкой атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву». Подвижные игры, основанные на элементах лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»;		8 часов
Туристические выходы	Тематическая прогулка «Весенние изменения в природе». Туристическая эстафета «Экологическая тропа». Игры на формирование коллектива	школьные спортивные клубы и секции	5 часов
Игры на формирование коллектива	Игры на формирование коллектива	школьные спортивные клубы и секции	3 часа

3. Тематическое планирование

№ П/П	РАЗДЕЛ, ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ
1	Основы знаний о народной подвижной игре	2
2	Занимательные игры	10
3	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	1
4	Игры-эстафеты	7
5	Подвижные игры разных народов	18
6	Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств	8
7	Высокий старт с последующим стартовым ускорением	8
8	Туристические выходы	5
9	Игры на формирование коллектива	3