

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа с.  
Падовка муниципального района Пестравский Самарской области**

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

---

Павлова Н.В.  
Протокол № 1 от  
«30» августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по  
учебной работе

---

Павлова Е.В.  
от «30» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

---

Железникова В.Е.  
Приказ №73/1- о/д от  
«30» августа 2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Учебного курса внеурочной деятельности

ШСК «Орлёнок»

Возраст: 8 -10 лет

Составитель:

учитель начальных классов Павлова О.К.

Падовка, 2024

## **1. Пояснительная записка**

Программа внеурочной деятельности школьного спортивного клуба «Орлёнок» разработана в соответствии с:

Основная образовательная программа начального общего образования (далее - ООП НОО) разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 г),  
Федеральной основной образовательной программой начального общего образования (Приказ Минпросвещения России от 18.05.2023г.).

Программа внеурочной деятельности школьного спортивного клуба «Орлёнок» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП»**

Программа внеурочной деятельности школьного спортивного клуба «Орлёнок» имеет спортивно-оздоровительную направленность. Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младших школьников. Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе. Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития.

### **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОРЛЁНОК»**

#### **Цель программы-**

Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха. Цели и задачи программы внеурочной деятельности школьного спортивного клуба «Орлёнок» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в ГБОУ СОШ с.Падовка. Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья. В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие задачи: становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся; формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе; духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей; укрепление физического и духовного

здоровья обучающихся

**Методическое обеспечение программы:** игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.

**Приёмы и методы** : При реализации программы используются различные методы обучения: словесные: рассказ, объяснение нового материала; наглядные: показ новых игр, практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

Программа внеурочной деятельности школьного спортивного клуба «Орлёнок» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю.

## **2. Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности «Спортклуб»**

### ***Личностные результаты :***

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;
- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, предупреждения заболеваний,
- умение организовывать свою деятельность и деятельность обучающихся для достижения намеченных целей;
- конструктивно реагировать на ошибки и трудности, возникающие в процессе совместной деятельности;
- своевременно вносить коррективы в свое поведение, намеченный план действий в зависимости от сложившейся ситуации.

### ***Метапредметные результаты:***

- планирование и организация самостоятельной спортивно-оздоровительной деятельности (учебной и досуговой) с учетом требований сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

### ***Предметные результаты***

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

- 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 инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; - организовывать и проводить занятия с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

### **3. Содержание программы с указанием форм организации и видов деятельности.**

Содержание ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Разделы включают жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

**Основные виды деятельности:** игровая, спортивная, познавательная, досугово-развлекательная.

#### **Раздел 1. «Моё здоровье в моих руках».**

Беседы "Твоё здоровье", "Здоровый образ жизни формируется в семье". Конкурс рисунков "Я за здоровый образ жизни". Выпуск стенгазеты "Что мы знаем о гриппе...?", "Правила здорового образа жизни. Советы на лето". Изготовление и распространение бюллетеней "Мы за здоровый образ жизни". " Диалог- игра "Путешествие в Страну Здоровья"

- Гигиенические требования к питанию обучающихся. Значение витаминов. Режим питания. Режим дня . Профилактика вредных привычек. Простудные заболевания: причины и профилактика; закаливание организма. Предупреждение инфекционных заболеваний

#### **Раздел 2. «Спортивно- массовые мероприятия».**

Спортивные соревнования: "Мы за здоровый образ жизни", Весёлые старты, Зимние забавы, Кросс "Золотая осень", День здоровья. Спортивные игры "Весёлый мяч", «Вместе весело играть». Соревнования по пионерболу «Стремительный мяч». Спортивная эстафета «Ловкие и сильные». Зарница. «Безопасное колесо». Легкоатлетическая эстафета ко Дню Победы 9 мая. Соревнования по шашкам.

- Игры с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию, прыжки, бег, упражнения на координацию, выносливость и быстроту, подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча, образно-ролевая игра; беседы по

воспитательным эффектам подвижных игр; взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения; правила игр; знакомство с основными понятиями игровой деятельности; совместное или самостоятельное распределение ролей в игре;

#### 4. Тематическое планирование.

№	Название темы	Количество часов		ЭОР
1.	«Моё здоровье в моих руках».	9 ч.	<p><b>Формировать</b> представления о здоровье, опитании, о правилах гигиены; учить осознанно подходить к своему здоровью; уточнить значимость питания для ценности здоровья;</p> <p><b>Развивать</b> внимание, память, воображение, познавательные процессы, мыслительную активность; формировать привычку к здоровому образу жизни;</p> <p><b>Воспитывать</b> у детей желание заботиться о своем здоровье, стремление вести здоровый образ жизни;</p>	<p><a href="https://pedsovet.su/load/98">https://pedsovet.su/load/98</a></p> <p><a href="https://infourok.ru/klassniy-chas-po-teme-moyo-zdorove-v-moih-rukah-397455.html">https://infourok.ru/klassniy-chas-po-teme-moyo-zdorove-v-moih-rukah-397455.html</a></p> <p><a href="https://yandex.ru/video/preview/12220509592506303006?text=«Моё%20здоровье%20в%20моих%20руках».&amp;path=yandex_search&amp;parent-reqid=1729789984419704-9081252581393199170-balancer-17leveler-kubr-yp-klg-98-BAL&amp;from_type=xl">https://yandex.ru/video/preview/12220509592506303006?text=«Моё%20здоровье%20в%20моих%20руках».&amp;path=yandex_search&amp;parent-reqid=1729789984419704-9081252581393199170-balancer-17leveler-kubr-yp-klg-98-BAL&amp;from_type=xl</a></p>
2.	«Спортивно-массовые мероприятия».	25 ч.	<p><b>Осваивать</b> универсальные умения</p> <p><b>Взаимодействовать</b> в парах и группах при выполнении технических действий в эстафетах.</p> <p><b>Общаться и взаимодействовать</b> в игровой деятельности.</p> <p><b>Соблюдать</b> дисциплину и правила техники безопасности во время эстафет.</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a></p> <p><a href="https://uchitelya.com/fizkultura/">https://uchitelya.com/fizkultura/</a></p> <p><a href="https://fiz-ra-ura.jimdofree.com/">https://fiz-ra-ura.jimdofree.com/</a></p>
	<b>Итого</b>	<b>34 ч</b>		

Электронные образовательные ресурсы:

<https://resh.edu.ru/subject/9/2/>  
<https://pedsovet.su/load/98>  
<https://uchitelya.com/fizkultura/>  
<https://fiz-ra-ura.jimdofree.com/>