

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Управление образования Администрации Талицкого городского округа
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Нижнекатарачская основная общеобразовательная школа»
(МКОУ «Нижнекатарачская ООШ»)

РАССМОТРЕНА
на заседании
педагогического совета
(протокол от 30.08.2024 № 1)



УТВЕРЖДЕНА
приказом
МКОУ «Нижнекатарачская ООШ»
от 30.08.2024 № 3008-6

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«СПОРТИВНЫЙ КОЛЕЙДОСКОП»

Для обучающихся 1-3 класса

Нижний Катарач2024

1. Пояснительная записка.

Настоящая программа курса «Спортивный калейдоскоп» разработана в условиях реализации ФГОС нового поколения. В основу разработки программы положены следующие документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. ФЗ-№ 273 « Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации;
- Действующих требований СанПиН (СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» зарегистрированных в Минюсте РФ 3 марта 2011 года, регистрационный номер 19993).
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Приказ №373 от 06.10.2009г.);
- Приказ № 1241 от 26 ноября 2010г «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373»;
- Приказ № 2357 от 22 сентября 2011г «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373»;
- Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Письмо Департамента общего образования Минобрнауки РФ от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
- Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в ОУ;
- Письмо Министерства образования РФ от 2.04.2002 г. № 13-51-28/13 «О повышении воспитательного потенциала общеобразовательного процесса в ОУ;
- Методические рекомендации о расширении деятельности детских и молодежных объединений в ОУ (Письмо Минобрнауки России от 11.02.2000 г. № 101/28-16);

Настоящая программа разработана на основе «Примерные программы внеурочной деятельности» Москва «Просвещение» 2011г.

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В проекте образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта второго поколения и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 1-3 классов.

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.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами программы является формирование следующих умений:

- 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 (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;
- осуществлять взаимный контроль.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- формулировать собственное мнение и позицию;

- ориентироваться на партнёра, стремиться к сотрудничеству (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Предметные результаты программы внеурочной деятельности.

Первостепенным результатом реализации программы является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития навыков, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие:

- 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.

- умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

Содержание курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивный калейдоскоп» для 1-3 класса составлена с учётом возрастных особенностей обучающихся начальной школы, 7 блоков, рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часа в год.

1 блок - «Вот мы и в школе» - 4 часа

2 блок - «Питание и здоровье» - 2 часа

3 блок - «Моё здоровье в моих руках» - 3 часа

4 блок - «Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим» - 4 часа

5 блок - «Спорт ребятам очень нужен, со скакалкой все мы дружим» - 4 часа

6 блок - «Мир физической культуры» - месяц здоровья и спорта в начальной школе» - 5 часов.

7 блок - «Подвижные игры и эстафеты» - 12 часов

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Виды деятельности	Форма организации
1 блок «Вот мы и в школе» - 4 часа				
1.	Дорога к доброму здоровью. Инструктаж по ТБ. П/и «Гуси лебеди», «День и ночь».	1	Групповая. Индивидуальная	Презентация «Что такое здоровье». Беседа – «Определение понятия «здоровье». Факторы, укрепляющие здоровье.
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке! Комплекс УГГ без предмета. П/и «Вызов номеров»	1	Групповая. Индивидуальная	Какое значение имеет утренняя гимнастика для организма. Разучивание комплекса УГГ без предмета.
3	Внутришкольные соревнования по легкоатлетическому осеннему кроссу «Все на старт!»	1	Групповая. Коллективная игра	Физическая активность и здоровье. Пропаганда здорового образа жизни и толерантного отношения к окружающим.
4	Что мы знаем о ЗОЖ? Конкурс рисунков о ЗОЖ. П/и «Волк во рву», «Горелки».	1	Групповая. Индивидуальная	Беседа о ЗОЖ. Понятие - здоровый образ жизни. Соблюдение ЗОЖ – ключ к хорошему самочувствию в любом возрасте.
2 блок «Питание и здоровье» - 2 часа				
5.	Витаминная тарелка на каждый день. Эстафета «Посадка картофеля».	1	Групповая. Индивидуальная	Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи. Представления о необходимости разнообразно питаться, о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах, о режиме питания, о режиме употребления жидкости.
6.	Школьный марафон для обучающихся начальной школы «В гостях у здоровой пищи».	1	Групповая. Спортивный праздник	Воспитание привычки следить за своим здоровьем. Закрепление знаний о законах здорового питания. Формирование мотивации здорового образа жизни. Предложить детям составить буклеты, презентации в форме проекта по физкультуре на общешкольный конкурс проектов.
3 блок «Моё здоровье в моих руках» - 3 часа				
7.	Соблюдаем мы режим, быть здоровыми	1	Групповая.	Презентация «Режим дня».

	хотим. П/и «Охотники и утки».		Индивидуальная	
8.	В здоровом теле - здоровый дух! П/и «Земля, вода, воздух».	1	Групповая.	Получить представления о влиянии окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха. Знать о правилах профилактики простудных заболеваний. Формирование нравственных представлений и убеждений о здоровом образе жизни.
9.	Осанка – стройная спина. Комплекс упражнений укрепляющий мышцы спины. П/и «Удочка», «Аисты».	1	Групповая. Индивидуальная	Умение выполнять различные виды упражнений для профилактики сколиоза. Значения правильной осанки для организма, умение проводить самостоятельно комплекс упражнений для выработки правильной осанки и профилактики сколиоза и плоскостопия.
4 блок«Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим» - 4 часа				
10.	Общешкольное внеклассное мероприятие весёлые старты «Спортивные дети».	1	Групповая. Командные соревнования	Приобщать к здоровому духу соперничества, путем проведения праздничных состязаний.
11.	Пальчиковая гимнастика. П/и «Рыбаки и рыбки».	1	Групповая. Индивидуальная	Для развития мелкой моторики.
12.	Закаливание. Методы и приемы закаливания. Самостоятельная организация и проведение п/и.	1	Групповая. Индивидуальная	Беседа о правилах и формах закаливания. Предложить детям составить буклеты, презентации в форме проекта по физкультуре на общешкольный конкурс проектов.
13.	«Путешествие Олимпийского огня» - досуг для детей начальной школы.	1	Групповая. Индивидуальная	Создать у детей представление об Олимпийских играх, как мирного соревнования в целях физического совершенствования людей, в котором участвуют народы всего мира. Активизировать словарь детей: символ, континент, факел, клятва, девиз, эмблема, пьедестал.
5 блок«Спорт ребятам очень нужен, со скакалкой все мы дружим» - 4 часа				
14.	ОРУ со скакалками. Подвижная игра «Неуловимая скакалка».	1	Групповая.	Дети разбиваются на пары. Педагог ставит стулья спинками друг к другу, под стулья кладет скакалки. Участники игры бегают. По сигналу « <i>На стулья!</i> » садятся на стулья и вытаскивают из-под

				них скакалку. Побеждает тот, кто первым возьмет скакалку. Сначала игра проводится с детьми
15.	Комплекс УГГ со скакалкой Игра «Шляпка крокодила Гены». П/и «Удочка».	1	Групповая.	Дети прыгают на скакалке, напевая песенку: «Шёл крокодил, шляпку крутил, шляпка упала и написала - « <i>Че-бу-раш-ка</i> ». Скакалку кидают на землю виртуозно, чтобы она образовала на поверхности петельки или « <i>шляпки</i> ». Участники считают количество шляпок, у кого больше, тот выиграл. Предложить детям составить буклеты, презентации в форме проекта по физкультуре на общешкольный конкурс проектов.
16.	ОРУ со скакалкой. Спортивное состязание «Весёлая скакалка».	1	Групповая.	Просмотр презентации, буклета «Весёлая скакалка».
17.	Спортивное мероприятие: «Праздник мяча и скакалки»	1	Групповая. Спортивный праздник	Формировать практические умения и навыки, полученные на уроках физической культуры и соревнованиях; развивать физические качества посредством эстафет; воспитывать дружный коллектив, чувство взаимопомощи, прививать любовь к систематическим занятиям физическими упражнениями.
6 блок «Мир физической культуры» - месяц здоровья и спорта в начальной школе» 5 часов.				
18.	Пропаганда ЗОЖ: оформление плаката, конкурс рисунков. Конкурс рисунков и плакатов «Спорт глазами детей». П/и по желанию детей.	1	Групповая. Индивидуальная Познавательная беседа	Укрепляет интерес к предмету физическая культура; пропагандирует здоровый образ жизни; укрепляет здоровье младших школьников; расширяет кругозор; развивает воображение и эмоциональную сферу; к совместному творчеству и общению.
19.	Со спортом мы на «ТЫ» (олимпиада по физкультуре)	1		

20.	«Самый быстрый класс» - полоса препятствий	1		
21.	«Дартс - турнир»	1		
22.	Шахматно – шашечный турнир	1		
7 блок«Подвижные игры и эстафеты» - 12 часов				
23.	Спортивная игра «Зов джунглей»	1	Групповая.	Разучивание подвижных игр, умение распределять роли. Иметь первоначальные сведения о значении внимания для здоровья человека. Проведение игр на развитие внимания. Умение сконцентрировать свое внимание. Развитие умения найти решение в непредвиденной ситуации. Воспитывать чувство взаимовыручки. Создавать у детей радостное, бодрое настроение. Физическая активность и здоровье. Пропаганда здорового образа жизни и толерантного отношения к окружающим.
24.	Игры на внимание.	1	Групповая.	
25.	П/и и эстафеты с элементами бега и прыжков.	1	Групповая. Коллективная игра	
26.	Эстафеты с элементами прыжков.	1	Групповая.	
27.	Спортивный праздник «Корзина с играми».	1	Групповая. Спортивный праздник	
28.	Русская лапта.	1	Групповая.	
29.	Общешкольное спортивное мероприятие «1,2,3,4,5 я иду играть».	1	Групповая. Командные соревнования	
30.	П/и и эстафеты с элементами бега и прыжков.	1	Групповая.	
31.	П/и и эстафеты с элементами бега «Зайцы, сторож и Жучка»	1	Групповая. Коллективная игра	
32.	«Поиск клада» (день здоровья для начальной школы)	1	Групповая. Спортивный праздник	
33.	Игры по желанию детей.	1	Групповая. Коллективная игра	
34.	Весёлые старты. Итоговое занятие.	1	Групповая.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Дата		Тема занятия	Кол-во часов
	план	факт		
1 блок«Вот мы и в школе» - 4 часа				
1			Дорога к доброму здоровью. Инструктаж по ТБ. П/и «Гуси лебеди», «День и ночь».	1
2			Здоровье в порядке - спасибо зарядке! Комплекс УГГ без предмета. П/и «Вызов номеров»	1
3			Внутришкольные соревнования по легкоатлетическому осеннему кроссу «Все на старт!»	1
4			Что мы знаем о ЗОЖ? Конкурс рисунков о ЗОЖ. П/и «Волк во рву», «Горелки».	1
2 блок «Питание и здоровье» - 2 часа				
5			Витаминная тарелка на каждый день. Эстафета «Посадка картофеля».	1
6			Школьный марафон для обучающихся начальной школы «В гостях у здоровой пищи».	1
3 блок«Моё здоровье в моих руках» - 3 часа				
7			Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим. П/и «Охотники и утки».	1
8			В здоровом теле - здоровый дух! П/и «Земля, вода, воздух».	1
9			Осанка – стройная спина. Комплекс упражнений, укрепляющих мышцы спины. П/и «Удочка», «Аисты».	1
4 блок«Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим» - 4 часа				
10			Общешкольное внеклассное мероприятие весёлые старты «Спортивные дети».	1
11			Пальчиковая гимнастика. П/и «Рыбаки и рыбки».	1
12			Закаливание. Методы и приемы закаливания. Самостоятельная организация и проведение п/и.	1
13			«Путешествие Олимпийского огня» - досуг для детей начальной школы.	1

5 блок«Спорт ребятам очень нужен, со скакалкой все мы дружим» - 4 часа				
14			ОРУ со скакалками. Подвижная игра «Неуловимая скакалка».	1
15			Комплекс УГТ со скакалкой. Игра «Шляпка крокодила Гены». П/и «Удочка».	1
16			ОРУ со скакалкой. Спортивное состязание «Весёлая скакалка».	1
17			Спортивное мероприятие: «Праздник мяча и скакалки»	1
6 блок «Мир физической культуры» - месяц здоровья и спорта в начальной школе» - 5 часов.				
18			Пропаганда ЗОЖ: оформление плаката, конкурс рисунков. Конкурс рисунков и плакатов «Спорт глазами детей». П/и по желанию детей.	1
19			«Со спортом мы на «ТЫ»» (олимпиада по физкультуре)	1
20			«Самый быстрый класс» - полоса препятствий	1
21			«Дартс - турнир»	1
22			Шахматно – шашечный турнир	1
7 блок«Подвижные игры и эстафеты» - 12 часов				
23			Спортивная игра «Зов джунглей»	1
24			Игры на внимание.	1
25			П/и и эстафеты с элементами бега и прыжков.	1
26			Эстафеты с элементами прыжков.	1
27			Спортивный праздник «Корзина с играми».	1
28			Русская лапта.	1
29			Общешкольное спортивное мероприятие «1,2,3,4,5 я иду играть».	1
30			П/и и эстафеты с элементами бега и прыжков.	1
31			«Зайцы, сторож и Жучка»	1
32			«Поиск клада» (день здоровья для начальной школы)	1
33			Игры по желанию детей.	1
34			Весёлые старты. Итоговое занятие.	1
ИТОГО:				34

Список учебно-методической литературы и Интернет-ресурсов

1. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–3-е классы.
3. Ковалько В.И. Школа физкультминуток.- М., ВАКО, 2010
4. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-3 класса. М.: Вако, 2010. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
5. «Уроки тётушки Совы» - ТО «Маски», Москва, 2010.
6. «Азбука безопасности на дороге» - ТО «Маски», Москва, 2010.
7. Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, - В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007. – 128 с.
8. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. - М.: Просвещение, 2007 г. – 128с.
9. Подвижные игры учащихся. М.: Учпедгиз, 2007. – 106с.
10. Степанова О.А. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. – Баласс, 2012 г. – 124с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 342613088659557027477417031171105956650881455009

Владелец Поротникова Екатерина Владимировна

Действителен с 24.07.2025 по 24.07.2026