

Ростовская область, Пролетарский (с) район, хутор Коврино

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Ковриновская средняя общеобразовательная школа Пролетарского района Ростовской области



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по **внеурочной деятельности, спортивно-оздоровительное направление**

курс «Играй-город»

(указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)

Начальное общее, 3 -4 класс

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Количество часов **34**

Учитель **Бабанина Ирина Борисовна**

Программа составлена на основе Федерального Государственного Образовательного стандарта начального общего образования

(указать примерную программу/программы, издательство, год издания при наличии)

2019 – 2020 учебный год

Раздел: «Пояснительная записка»

Рабочая программа составлена на основе нормативных документов, обеспечивающие реализацию программы:

- Федерального закона «Об образовании» в Российской Федерации» от 29.12.12 № 273-ФЗ;
- Федерального государственного стандарта начального общего образования, принятый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1897 от 17.12.2010 г., зарегистрированный Минюстом РФ за № 19 644 от 01.02.2011 г., с изменениями согласно приказу № 1644 от 29.12.2014г , изменения согласно приказу № 1577 от 31.12.15 г.;
- Основной образовательной программы Школы;

Программа внеурочной деятельности «Играй - город» разработана с учетом социально-психологического статуса младшего школьника и предназначена для реализации ФГОС НОО в части формирования культуры здорового и безопасного образа жизни младших школьников во внеурочной деятельности.

Цель курса — формирование у младшего школьника ценности здоровья и здорового образа жизни в процессе игрового взаимодействия.

Задачи курса:

- формировать ответственность за сохранение своего здоровья;
- мотивировать к регулярным занятиям физическими упражнениями;
- формировать культуру общения и сотрудничества со сверстниками в условиях здоровьесберегающей учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- развивать умение вести наблюдения за изменениями своего организма и анализировать их;
- развивать умение планировать основные режимные моменты учебной и досуговой жизнедеятельности.

Общая характеристика курса «Играй-город»

Количество часов, отводимых на изучение курса - 34 часа, 1 час в неделю.

Адресаты программы: учащиеся 3-4 классов.

Программа учебного курса внеурочной деятельности «Играй-город» направлена на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни. Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, необходима им для нормального роста и развития. Игра – ведущая деятельность детей. Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. В них ярко отражены: образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои. Представлены понятия о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремление к победе. Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма в более высокой степени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий. Игры на развитие психических процессов (мышления,

памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость). Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различных крупных и мелких мышц тела.

Важнейшим требованием проведения внеурочной деятельности по физическому воспитанию является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм. Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Для младшего школьника непосредственное эмоциональное общение, которое задается в ходе игрового сотрудничества, так же важно, как и учебная деятельность. Игра, с одной стороны, остается незаменимым средством для того, чтобы сложные категории наполнились для ребенка личным смыслом, стали его собственной логикой. С другой — становится эмоционально-символическим входом в теоретическое мышление для детей с игровым типом ценностей. Детям, испытывающим трудности в общении, она помогает строить отношения с учетом действий партнеров, разрабатывать план совместных действий, проявлять дружелюбие, оценивать свою работу по заданным критериям. В связи с этим очень важно обучить младшего школьника игровому и социальному взаимодействию, помочь в преодолении школьных страхов, укрепить веру в свои силы, сформировать интерес к содержанию школьной жизни и ответственность за сохранение своего здоровья.

РАЗДЕЛ: «ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА»

Личностными результатами изучения курса «Играй-город» являются следующие умения:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами изучения курса «Играй-город» являются следующие умения:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, используя предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.
- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, 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.
- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- 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;
- 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;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты изучения курса «Играй-город»:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности;
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В результате освоения программы учащиеся 3и 4 классов *узнают*:

- основные сведения о здоровом образе жизни;
- о влиянии здоровья на успешную жизнедеятельность человека;
- о позитивных факторах, влияющих на сохранение здоровья младшего школьника;
- о правилах полезного питания;
- об особенностях воздействия двигательной активности на основные органы человека;

получат опыт:

- рационального планирования режима дня в учебное и каникулярное время, а также режима двигательной активности;

- позитивного взаимодействия со сверстниками в учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- решения исследовательских и проектных задач;
- самостоятельного придумывания различных игр;
- освоения новых социальных ролей;
- организации и проведения детского праздника;

смогут:

- самостоятельно отбирать релаксационные упражнения для физической эмоциональной разгрузки;
- составлять комплексы физических упражнений, подбирать подвижные игры для улучшения основных физических качеств;
- составлять план интересных дел и событий в каникулярное время;
- придерживаться режима дня и двигательной активности;
- регулировать свои поступки, поведение и эмоции с целью сохранения и укрепления здоровья;
- организовать различные игры и развлечения со своими сверстниками.

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СОДЕРЖАНИЯ КУРСА

В основу реализации программы положен ряд принципов, определяющих содержание, методы и формы взаимодействия педагога с обучающимися.

- **Принцип системно-деятельностной организации воспитания**

Воспитание, направленное на формирование культуры здоровья обучающихся и поддерживаемое всем укладом школьной жизни, включает в себя организацию урочной, внеурочной, общественно значимой деятельности младших школьников. Интеграция содержания различных видов деятельности обучающихся в рамках программы их физического и духовно-нравственного развития и воспитания осуществляется на основе воспитательных идеалов и ценностей.

- **Принцип событийной организации деятельности обучающихся**

Реализация этого принципа направлена на обогащение образовательной среды, в которой происходит освоение образовательной программы. Культурно-образовательное событие воспринимается ребёнком как ситуация, которая переживается и осознаётся им как значимая (поворотная) в его собственном образовании, позволяет школьнику проявить субъектную позицию.

- **Принцип учета возрастных особенностей обучающихся**

Эффективность внеурочной деятельности второклассников по формированию культуры здоровья определяется и психофизиологическими особенностями. Знание социально-психологического портрета детей данного возраста даёт возможность учителю планировать деятельность школьников, определять её задачи и способы организации при изучении каждой темы.

- **Принцип связи обучения с жизнью**

Реализация этого принципа позволяет обеспечить тесную связь внеурочной деятельности младших школьников по формированию культуры здоровья с условиями жизни и социальным опытом ребёнка.

- **Принцип диалогического общения.**

В формировании ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни большую роль играет диалогическое общение младшего школьника со сверстниками, родителями (законными представителями), учителем и другими значимыми для него взрослыми. Выработка первоклассником собственной системы ценностей, поиск смысла жизни невозможны вне диалогического общения ребёнка со значимым взрослым и сверстниками.

- **Принцип следования нравственному примеру**

Содержание урочной и внеурочной деятельности по формированию культуры здорового и безопасного поведения младшего школьника наполнено примерами нравственных поступков, одобряемыми поведенческими стереотипами. Пример как метод воспитания расширяет нравственный опыт ребёнка, побуждает его к внутреннему диалогу, пробуждает в нём нравственную рефлексию, обеспечивает возможность выбора при построении собственного поведения, системы ценностных отношений, демонстрирует ребёнку реальную возможность следования идеалу в жизни.

Содержание программы «Играй-город» ориентировано на формирование у обучающихся ценности здоровья и здорового образа жизни в процессе игрового взаимодействия; на формирование ответственности за сохранение своего здоровья, развитие мотивации к занятиям физическими

упражнениями и двигательной активности; на поддержку интереса к наблюдениям за изменениями своего организма, а также на формирование культуры общения и сотрудничества со сверстниками в условиях здоровьесберегающей учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Раздел: «СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА»

1. Структура курса:

№	Название раздела/ главы	Кол-во часов
1	«Планируем маршрут игры-путешествия»	6
2	«Придумываем интересные игры»	6
3	Наблюдаем за своим развитием	5
4	«Улучшаем спортивные результаты»	8
5	«Заботимся о своём здоровье»	6
6	«Учимся общаться»	3
	Итого:	34

1.1. Использование резерва рабочего времени: Программой курса внеурочной деятельности «Играй-город» резерва рабочего времени не предусмотрено. Так как праздничный день выпадает на 1 мая, прохождение программного материала уплотняется за счет объединения уроков: урок № 15, тема: «Итоговое занятие «Здоровый человек» Творческая работа: «Как сохранить своё здоровье» и урок № 16, тема: «Командные планы наблюдения «Мы растём и изменяемся» 20.12

2. Основное содержание по темам:

Раздел 1. «Планируем маршрут игры-путешествия» (6 ч)

Мастерская общения «Знакомство с «Дневником здоровья». Игра на сплочение коллектива. Деление класса на игровые команды, распределение ролей; Проектная деятельность «Маршрут путешествия по Играй-городу». составление маршрута игры-путешествия. Презентация маршрутов. Уголок Здоровья. Эскиз «Созвездие наших достижений». Лист самооценки. Проектная деятельность: «Правила нашей игры». Творческая мастерская «Наша игровая команда». Интеллектуально-спортивная игра по станциям «Играй-город».

Раздел 2. «Придумываем интересные игры» (6 ч)

Мастерская общения «Зачем мы играем». Коллективный просмотр видеофрагментов художественных и мультипликационных фильмов с различными детскими играми. Коллективное составление советов «Почему полезно играть в различные игры» и оформление их в классном Уголке здоровья. Конструкторское бюро «Собери игру». Проектная деятельность «Моя игра». Пополнение копилки игр. Проектная деятельность «День именинника». Разработка игр и развлечений одноклассников на празднике «День именинника». Праздник «День именинника». Фотогазета о проведённом событии.

Раздел 3. «Наблюдаем за своим развитием» (5 ч)

Игровая мастерская. Сканворд: «Основные органы человека». Совет: «Как нужно заботиться об основных органах человека». Исследовательская деятельность. Наблюдения «Мы растём и изменяемся». Конструкторское бюро. Конструирование макета человека из различного материала. Совет: «Как сохранить своё здоровье».

Раздел 4. «Улучшаем спортивные результаты» (8 ч)

Исследовательская деятельность: «Почему основными физическими качествами человека называют такие качества, как: быстрота, гибкость, сила, координация и выносливость?» Проектная деятельность «Игры, которые нас развивают». отбор интересных подвижных игр и соревнований в «День прыгуна» и «День бегуна». Разработка мини-проектов. Презентация результатов работы команд. Коллективное обсуждение и согласование плана проведения специальных спортивных дней. Спортивно-игровой праздник. Коллективное участие в спортивных и подвижных играх, соревнованиях по отдельным зимним видам спорта. Фотогазета: «Спортивным рекордам — новые имена».

Раздел 5. «Заботимся о своём здоровье» (6ч)

Дидактическая игра «Режим дня Карлсона». Составить полезное меню на завтрак, обед, полдник и ужин Карлсону. Настольная игра «Мой режим дня». Проектная деятельность «Интересные

каникулы». Советы: чтобы твои каникулы были безопасными для твоего здоровья. Настольная игра «Магазин полезных продуктов». Практикум «Реклама полезных блюд». Экскурсия: «Как измерить здоровье?» Интеллектуально-спортивная игра по станциям «Моё здоровье в моих руках».

Раздел 6. «Учимся общаться» (3 ч)

Проектная деятельность «Весёлые игры во дворе». Советы: «Как сделать игры во дворе безопасными для твоего здоровья?» Отбор интересных подвижных игр и соревнований. Художественная мастерская: инвентарь для игровой программы, элементов оформления дворовой площадки (эскизы). Спортивно-игровой праздник.

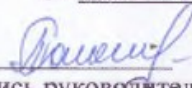
Раздел: «КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ»

№	Название раздела/темы	Кол-во часов	срок
	«Планируем маршрут игры-путешествия»	6	
1	Раз, два, три, четыре, пять — отправляемся играть!	1	6.09
2	Маршрут годичной игры - путешествия.	1	13.09
3	Командные эскизы «Созвездие наших достижений».	1	20.09
4	Правила нашей игры. Проект: «Правила честной игры».	1	27.09
5	Проверочная работа. Кроссворд: «Парк аттракционов».	1	4.10
6	Фотогазета по итогам культурно-образовательного события. Выставка творческих работ.	1	11.10
	«Придумываем интересные игры»	6	
7	Зачем мы играем.	1	18.10
8	Как придумать подвижную игру	1	25.10
9	Алгоритм придумывания игры. Копилка подвижных игр со спортивным инвентарём.	1	8.11
10	Как придумать игры и развлечения для гостей. Проект: «Моя игра».	1	15.11
11	Презентация проекта «День именинника». Копилка игр и развлечений для весёлого дня рождения.	1	22.11
12	Творческая работа: Поздравительная газета «Поздравляем с днём рождения!»	1	29.11
	«Наблюдаем за своим развитием»	5	
13	Основные органы человека.	1	6.12
14	Советы «Как нужно заботиться об основных органах человека».	1	13.12.
15	Итоговое занятие «Здоровый человек». Творческая работа: «Как сохранить своё здоровье».	1	20.12
16	Командные планы наблюдения «Мы растём и изменяемся».	1	20.12
17	Выставка макетов человека из различного материала	1	10.01
	«Улучшаем спортивные результаты»	8	
18	Основные физические качества человека.	1	17.01
19	Исследование: «Рейтинг развития у детей основных физических качеств».	1	24.01
20	Программа проведения «Дня прыгуна» и «Дня бегуна».	1	31.01
21	День прыгуна.	1	7.02
22	Фотогазета «День прыгуна».	1	14.02
23	Спортивно-игровой праздник: «День бегуна»	1	21.02
24	Фотогазета «День бегуна» по итогам культурно-образовательного события.	1	28.02
25	Итоговое занятие «Навстречу олимпийским рекордам». Проект: «Игры, которые нас развивают».	1	6.03
	«Заботимся о своём здоровье»	6	
26	Творческая работа: «Режим дня Карлсона».	1	13.03
27	Мои безопасные каникулы	1	20.03
28	Советы «Безопасные каникулы»	1	3.04
29	Полезное питание.	1	10.04

30	Меню, полезное для детей. Творческая работа: «Реклама полезных блюд».	1	17.04
31	Итоговое занятие «Моё здоровье в моих руках»	1	24.04
	«Учимся общаться»	3	
32	Спортивно-игровой праздник «Весёлые игры во дворе». Правила бесконфликтного игрового взаимодействия.	1	8.05
33	Итоговое занятие «Созвездие моих достижений»	1	15.05
34	Фестиваль проектов.	1	21.05
	Итого:	33	

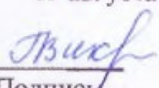
СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического совета
МБОУ Ковриновская СОШ
От 16.08.2019 года № 2


Подпись руководителя МО Сагайдак Т.К.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР
19 августа 2019 года


Подпись Ковтунова Г.В.