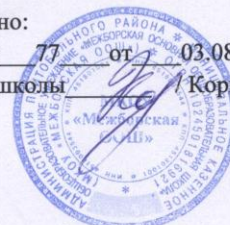


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Межборская основная общеобразовательная школа»

Рассмотрено:  
Педагогический совет  
Протокол № 1 от 03.08.02020г

Утверждено:  
Приказ № 77 от 03.08.2020г  
Директор школы / Корнильцева Ж.М



**Программа внеурочной деятельности**  
**"Чемпион"**

Составитель: Савельев В.М.

с. Межборное -2020 год.

## **Пояснительная записка**

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности учащихся начальной школы. Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует

от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения.

Доказано,

что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных

факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает

хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной

системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных

навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно

серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей,

поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих школьников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в

таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность

вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического

развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму.

Игра

способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и

минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной

технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов

использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного

потенциала.

### **Общая характеристика кружка**

Кружок «Чемпион» входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом,

интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях

поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых

ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение

алгоритма – это возможность научить ученика автоматически выполнять действия,

подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В факультативный курс «Чемпион»

вошли народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание,

память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических

качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и

выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм.

Кружок «Чемпион» учитывает \_\_\_\_\_ возрастные особенности младших школьников и

поэтому предусматривает организацию подвижной деятельности учащихся, которая не

мешает умственной работе. С этой целью включены подвижные игры, настольные игры,

викторины разной тематики. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

### **Место кружка в учебном плане.**

Программа рассчитана на 33 часа в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут. Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

### **^ Ценностными ориентирами содержания данного факультативного курса являются:**

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности учащихся;

– привлечение учащихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

**Цель программы:** 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 учащихся 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;

**Личностные, метапредметные и предметные результаты кружка «Чемпион»**

**Личностными** результатами кружка «Чемпион» являются следующие умения:

– оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и

ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

– умение выразить свои эмоции;

– понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

**Метапредметными** результатами кружка «Чемпион» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

-определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

– проговаривать последовательность действий во время занятия;

– учиться работать по определенному алгоритму

**Познавательные УУД:**

– умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

**Коммуникативные УУД:**

–умение оформлять свои мысли в устной форме

– слушать и понимать речь других;

-договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и

общения и следовать им;

– учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

**Формы занятий:**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием

спортивного инвентаря и без него.

**Режим занятий:**

В начальной школы занятия продолжительностью 40 минут проводятся 1 раза в неделю. Всего 33часа..

Коммуникативные универсальные учебные действия обеспечивают социальную

компетентность и учёт позиции других людей, партнёров по общению или деятельности;  
умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем;  
интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

#### **К коммуникативным действиям относятся:**

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

• сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

#### **Содержание курса**

Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок, в которых один ловит всех, и кончая сложными салками, в которых одна команда догоняет другую, разные условия и разные правила. Игра «Салки с мячом», «Салки с домом», «У медведя на бору», «Дедушка Мазай», «Рыбачок», «Уголки», «Узелок», «Третий лишний», «Волк во рву», «Два Мороза», «День и ночь».

Игры-поиски. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игр способствует отдыху участников игр после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

Игра «Чего нет?». Поиск исчезнувшего предмета, «Отгадай, кто подходил?», «Яша и Маша», «Слепой и зрячий», «Холодно-горячо» Игры на развитие внимания, восприятия, памяти, воображения – «Выложи сам», «Магазин ковров», Волшебная палитра, «Ладонь-кулак», «Заметь все», Запомни порядок», «Узнай, кто я», «Ну-ка, отгадай» и другие.

Игры с быстрым нахождением своего места. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе

место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве. Игры-хороводы. Многие игры-хороводы с изображением трудовых процессов («Ужмы сеяли лен, приговаривали» и др.), с традициями быта, обряда и ритуалами, устарели и остались как фольклорные игры тех времен. Но совсем хороводы не исчезли: они приняли другие, более современную форму и содержание, более близкие современным условиям жизни, остались и старые хороводы с несколько измененным содержанием. Игра «Ходим кругом», Игра «Золотые ворота». Зимние игры на снеговой площадке. В этот радел вошли игры на свежем воздухе в зимнее время. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др. Игра в снежки, лепка снежных баб. Интеллектуальные игры. Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе. Викторина «Собери пословицу», «Наши любимые сказки». Игры с сопротивлением и борьбой. Игры направленные на развитие силовых качеств, умение следовать алгоритму действий. Игра «Пригибание руки», «Коршун и наседка», «Цепи», «Поймай последнего».

Тематическое планирование кружка «Чемпион»

1 – 2 классы

№

занятия

Тема занятия Содержание занятия Кол-

во

час

**Народные игры. 6**

1 Русская народная игра «У

медведя во бору».

Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.

1

2 Русская народная игра

«Филин и пташка», «Коршун

и наседка»

Игровые правила. Выбор и

ограничение игрового пространства.

Проведение игры

1

3 Русская народная игра  
«Горелки».

Русская народная игра. Проведение  
игры.

1

4 Русская народная игра.

«Кот и мышь», Ходим  
кругом»

Игровые правила. Разучивание игры.

Проведение игры.

1

5 Русская народная игра

«Блуждающий мяч».

Игровые правила. Проведение игры. 1

6 Русская народная игра

«Зарничка», «Чей снежок  
летит дальше»

Игровые правила. Проведение игры.

эстафета

1

**Игры на развитие психических  
процессов.**

6

7 Игры на развитие  
восприятия.

Знакомство с правилами и

проведение игр «Выложи сам»,  
«Магазин ковров», «Волшебная  
палитра».

1

8 Упражнения и игра на  
внимание.

Упражнение «Ладонь - кулак», игры  
«Ищи безостановочно», «Заметь всё»,  
«Запомни порядок».

1

9 Игры на развитие памяти. Игры «Повтори за мной», «Запомни  
движения», «Художник».

1

10 Игры на развитие  
воображения.

Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто  
я?», «Возьми и передай».

1

11 Игры на развитие мышления  
и речи.

Игры «Ну-ка, отгадай», «Определим  
игрушку».

1

12 Игры на коррекцию  
эмоциональной сферы

ребенка.

Игры «Баба Яга», «Три характера», «Наши любимые сказки»

1

**Подвижные игры. 16**

13 Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».

Правила игры. Строевые упражнения, Перестроение.

1

14 Игра с элементами ОРУ

«Море волнуется – раз»

Правила игры. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.

1

15 Игра с мячом «Охотники и утки», «Дедушка Мазай и зайцы».

Комплекс ОРУ с мячом, строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.

1

16 Веселые старты с мячом. Гимнастические упражнения. Эстафеты.

1

17 Игра «Волк во рву» Игры с мячом: ловля, бросок, 1 передача.

18 Веселые старты со скакалкой.

Комплекс ОРУ со скакалкой. 1

19 Игра с прыжками

«Попрыгунчики – воробушки».

Игровые правила. Проведение игры. 1

20 Игры на свежем воздухе

2 «Два Мороза», «Метко в цель».

Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.

1

21 Игра «Белки, волки, лисы» Игровые правила. Проведение игры 1

22 Игра «Совушка».

Игровые правила. Проведение игры. 1

23 Игра «Удочка. Игры со скакалкой, мячом. 1

24 Игра «Перемена мест» Построение. Строевые упражнения, Перемещения.

1

25 Игра «Салки с мячом». Игровые правила. Проведение игры. 1

26 Игра «Прыгай через ров»,

«День и ночь»

Совершенствование координации



движений.

1

27 Игра «Прыгай через ров»,

«День и ночь»

Совершенствование координации

движений.

1

28 Игра «Прыгай через ров»,

«День и ночь»

Совершенствование координации

движений.

1

### **Спортивные игры. 7**

29 Футбол Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.

1

30 Футбол Проведение игры 1

31 Футбол Проведение игры 1

32 Баскетбол Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. Броски в корзину.

1

33 Баскетбол Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. Броски в корзину.