

Планируемые результаты освоения обучающимися

программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

личностные результаты — оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей;

оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие; умение выражать свои эмоции; понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее!» является формирование следующих умений:

Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее!» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

Проговаривать последовательность действий на уроке.

Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД:

Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

3. Коммуникативные УУД:

Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

Слушать и понимать речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

4. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению обучающиеся должны **ЗНАТЬ**:

способы воспитания двигательных способностей;

основные виды движения;

виды подвижных игр;

правила игры;

малые формы двигательной активности;

особенности воздействия двигательной активности на организм человека

УМЕТЬ:

самостоятельно выполнять профилактические и общеукрепляющие комплексы физических упражнений;

играть в подвижные игры, соблюдая правила;

применять полученные навыки в самостоятельных и групповых занятиях.

Результатом реализации данной программы является:

укрепление здоровья и закаливание организма занимающихся, воспитание интереса к занятиям спортом, понимание роли и значения занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни;

высокий уровень активности родителей по вопросам сохранения здоровья;

обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.

В конце каждого года запланировано итоговое занятие в форме спортивного праздника, с привлечением родителей. Программа «Быстрее, выше, сильнее!» рассчитано в 1-4 классах на 35 часов по 1 занятию в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ

Программа «Быстрее, выше, сильнее!» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности. Данная программа кружка «Быстрее, выше, сильнее!» разработана в условиях реализации ФГОС нового поколения. В основу разработки программы положены следующие документы:

Концепция духовно-нравственного воспитания российских школьников

Концепция Федеральных государственных образовательных стандартов общего поколения

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373, зарегистрирован в Минюсте России 22 декабря 2009 г., регистрационный номер 17785) с

изменениями (утверждены приказом Минобрнауки России от 26 ноября 2010 г. № 1241, зарегистрированы в Минюсте России 4 февраля 2011 г., регистрационный номер 19707);

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В программе образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана. В 1-4 классах- 35 часов в год, 1 час в неделю. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее!» нацелена на формирование у обучающихся ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков обучающихся по гигиенической культуре, на формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, на использование их в целях досуга, отдыха.

Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее!» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностно ориентированный подходы.

Календарно – тематическое планирование

(1-4класс)

№	Тема занятия	Дата проведения	
		план	факт
1	Ознакомление с историей создания комплекса «ГТО».		
2	Челночный бег 3х10 метров.		
3	Смешанное передвижение на 1000 метров.		
4	Упражнения на развитие выносливости.		
5	Прикладная физическая подготовка.		
6	Бег 30 метров.		
7	Бег 60 метров.		
8	Упражнения на развитие быстроты.		
9	Прикладная физическая подготовка.		
10	Прыжки		
11	Ходьба и бег		
12	Упражнения на развитие выносливости.		
13	Прикладная физическая подготовка.		
14	Подтягивание из виса на высокой перекладине.		
15	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине.		
16	Сгибание разгибание рук в упоре лежа.		
17	Упражнения на развитие силы.		
18	Прикладная физическая подготовка.		
19	Наклон вперед из положения стоя.		
20	Упражнения на развитие гибкости.		
21	Метание мяча в цель.		

22	Метание мяча на дальность.		
23	Упражнения на развитие координации.		
24	Прикладная физическая подготовка.		
25	Поднимание туловища из положения, лежа на спине.		
26	Скоростно-силовые упражнения.		
27	Прыжок в длину с разбега.		
28	Прыжок в длину с места.		
29	Упражнения на развитие силы.		
30	Прикладная физическая подготовка.		
31	Кроссовая подготовка.		
32	Смешанное передвижение на 1000 метров.		
33	Упражнения на развитие выносливости.		
34	Контрольно-тестовые испытания.		