

. Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Абакана  
«Средняя общеобразовательная школа № 19»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по внеурочной деятельности  
«Быстрее, выше, сильнее»  
4 класс

Составитель: учитель начальных  
классов Кувалева С.М.

**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.

**Задачи:** укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию; обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам; воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

Курс включает 34 занятия. Продолжительность занятия 35 минут.

## **1. Планируемые результаты курса внеурочной деятельности «Быстрее, выше, сильнее»**

**Личностными** результатами программы является формирование следующих умений:

- 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 программы является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- 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.

#### Познавательные УУД:

- 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.

#### Коммуникативные УУД:

- 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.

#### Предметные результаты:

**Учащийся научится:** понимать значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся; правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми; названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники; наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий; упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости); основное содержание правил соревнований по спортивным играм; жесты судьи спортивных игр; игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр.

**Учащийся получит возможность научиться:** соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми; выполнять технические приёмы и тактические действия; контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми; играть в

спортивные игры с соблюдением основных правил; демонстрировать жесты судьи спортивных игр; проводить судейство спортивных игр.

## 2. Основное содержание курса внеурочной деятельности «Быстрее, выше, сильнее»

Олимпийские игры древности. Олимпийские игры современности (летние, зимние) Спортивные игры, не вошедшие в олимпиады. Лапта. История возникновения. Правила игры. Техника безопасности. Городки. История возникновения. Правила игры. Техника безопасности.

Подготовка судей для проведения малых олимпийских игр (летних, зимних) для учащихся 4-х классов. Малые летние олимпийские игры для учащихся 4-х классов. Лапта. Учебная игра. Судейство. Соревнования среди учащихся 4-х классов. Городки. Учебная игра. Судейство. Соревнования среди учащихся 4-х классов. Подведение итогов «День Здоровья» для учащихся 4-х классов

*Формы, методы* занятий: Занятия проводятся в учебном кабинете, на улице (на спортивных площадках школы), в спортивном зале. Занятия проводятся преимущественно в виде:

- спортивных игр,
- спортивных соревнований.
- викторин
- блиц -турниров

*Виды* деятельности: игровая, познавательная.

**Оборудование:** спортивный инвентарь: мячи (футбольные, волейбольные. Для большого тенниса), городки, бита для лапты, скакалки, обручи и т.п).

## 3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Быстрее, выше, сильнее»

№	Тема	Количество часов
1	Олимпийские игры древности	1ч
2	Олимпийские игры современности (летние)	1ч
3-4	Подготовка судей для проведения малых олимпийских игр (летних) для учащихся 4-х классов	2ч
5-7	Малые летние олимпийские игры для учащихся 4-х классов	3ч
8	Спортивные игры, не вошедшие в олимпиады.	1ч
9-10	Лапта. История возникновения. Правила игры. Техника безопасности	2ч
11-14	Учебная игра. Судейство	4ч
15-17	Лапта. Соревнования среди учащихся 4-х классов.	3ч
18	Олимпийские игры современности (зимние)	1ч
19-	Подготовка судей для проведения малых олимпийских игр	2ч

20	(зимних) для учащихся 4-х классов	
21- 23	Малые зимние олимпийские игры для учащихся 4-х классов	3ч
24- 25	Городки. История возникновения. Правила игры. Техника безопасности	2ч
26- 29	Учебная игра. Судейство.	4ч
30- 32	Городки. Соревнования среди учащихся 4-х классов.	3ч
33- 34	Подведение итогов «День Здоровья» для учащихся 4-х классов	2ч