

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Кузбасса**  
**Управление образования администрации**  
**Чебулинского муниципального округа**  
**МБОУ «Новоивановская СОШ» Чебулинского МР**

Рассмотрено

на заседании педагогического  
совета

Протокол № 1

от 30 августа 2024 г.

Согласовано:

заместитель директора по  
учебной работе:

\_\_\_\_\_ Т.С. Милованова

«30» августа 2024 г.

Утверждаю:

Директор МБОУ "Новоивановская  
СОШ"

\_\_\_\_\_ В.А. Шкарупелова

Приказ № 128-о  
от «30» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности «Веселые старты»**  
**в условиях реализации ФГОС начального общего образования**  
**спортивно-оздоровительное направление**  
**1-4 классы**  
**срок реализации 4 года**

Составитель: Шматуха П.А., учитель  
высшей квалификационной категории

п. Новоивановский, 2024

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Веселые старты» (далее – Программа) реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности в начальной школе в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

**Программа адресована** обучающимся 1-4 классов.

### **Цель данной Программы:**

- формировать культуру здорового образа жизни обучающихся, заинтересованное уважительное отношение к культуре родной страны;
- донести до обучающихся национальный колорит обычаев народов России с помощью игр;
- удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

### **Задачи Программы:**

- укрепление здоровья обучающихся 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;
- обучение умению работать индивидуально и в группе,
- развитие природных задатков и способностей обучающихся;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;
- развитие коммуникативной компетентности обучающихся на основе организации совместной продуктивной деятельности.

**Актуальность Программы** состоит в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка. Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно уметь использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

Образовательный процесс в образовательном учреждении (организации) постоянно усложняется, и это требует от обучающихся 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 обучающихся, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников 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 коррекционно-развивающего 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 и/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 обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

**Новизна Программы** заключается в том, что игровые формы, связанные с физическим компонентом совмещаются со знакомством обучающихся с национальным колоритом народов России, позволяют решить целый комплекс вопросов в работе с детьми, удовлетворить их потребность в движении, научить владеть своим телом, развивать не только физические, но и умственные, творческие способности. Эмоциональный подъем во время игры создаёт у детей повышенный тонус всего организма. В целях наиболее эффективного выявления и использования ресурсов игры широко применяются подвижные игры и эстафеты. Подвижные игры и

эстафеты, в которых участвует весь коллектив, несут в себе большой эмоциональный заряд, а это способствует более полноценному отдыху. Данные игры проводятся как на свежем воздухе, так и в спортзале.

**Программа составлена с учетом требований следующих нормативных документов:**

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г., №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ №373 от 06.10.2009г. зарегистрирован Министерством юстиции РФ 22.12.2009 г., рег. №17785, с последующими изменениями и дополнениями);
- Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 N 373 (ред. от 18.12.2012)"Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования";
- Приказ Минобрнауки РФ от 26.11.2010 N 1241 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. N 373";
- Санитарно-эпидемиологические правила "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПин 2.4.2.2821-10", утвержденных Главным санитарным врачом РФ 29.12.2010г., зарегистрированных в Минюсте РФ 03.03.2011г. №19993;
- Письмо Минобнауки России №03-296 от 12.05.2011 г. «Об организации внеурочной деятельности при ФГОС»;
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999). Программа внеурочной деятельности «Веселые старты» рассчитана на 4 года. Занятия проводятся 1 час в неделю в рамках спортивно-оздоровительного направления, всего 165 часов. Из них – 33 часа (первый год обучения) в 1 классе и по 34 часа – (второй – четвёртый года обучения) во 2-4 классах.

## 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Веселые старты»

### Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Освоение обучающимися Программы направлено на достижение комплекса результатов в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта.

В результате освоения программы курса внеурочной деятельности «Веселые старты» формируются следующие УУД:

#### **личностные УУД**

Оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

#### **метапредметные 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:

- планирование учебного сотрудничества с педагогом 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;

- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

### **Содержание курса внеурочной деятельности «Веселые старты» с указанием форм организации и видов деятельности**

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: творческие конкурсы, спортивные соревнования, различные игры. Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

### **Содержание курса внеурочной деятельности**

1. ***Простые и усложненные игры-догонялки***, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.
2. ***Игры-поиски***. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.
3. ***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.

### ***Разделы Программы:***

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Сроки усвоения программных разделов/года обучения</b>	<b>Цель</b>
<input type="checkbox"/>	<b>Русские народные игры</b>	1-4	Провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности обучающихся, координацию движений, силу и ловкость, воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.
<input type="checkbox"/>	<b>Подвижные игры</b>	1-2	Совершенствовать координацию движений, развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе, воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.
<input type="checkbox"/>	<b>Эстафеты</b>	1-4	Познакомить с правилами эстафет, развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения, воспитывать чувства коллективизма и ответственности.
<input type="checkbox"/>	<b>Игры народов России</b>	2-4	Познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России, развивать силу, ловкость и физические способности, воспитывать толерантность при общении в коллективе.

Такое распределение изучения игр позволяет педагогу следовать от простого к сложному, а обучающимся - 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.

Для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных

народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

### 3. Тематическое планирование 1 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Подвижные игры	33

### 2 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Русские народные игры	10
2	Подвижные игры	8
3	Эстафеты	8
4	Игры народов России	8
	Итого:	34

### 3 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Игры народов России.	20
2	Эстафеты.	6
3	Русские народные игры.	8
	Итого:	34

### 4 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Русские народные игры.	11
2	Игры народов России.	7
3	Эстафеты.	8
4	Русские народные игры.	8
	Итого:	34