



*Программа развития социальной активности
обучающихся начальных классов «Орлята России».
Методические и технологические аспекты
реализации пятого образовательного трека
«Орленок — Спортсмен»*



Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».

V модуль (трек) программы «Орленок — Спортсмен»

В логике содержания модуля (трека) лежит технология коллективного творческого дела – командная эстафета «Знаю – могу – умею!». Это КТД имеет черты спортивного, познавательного и организационного дела.

Спортивные КТД помогают совершенствовать быстроту, выносливость, находчивость и настойчивость, коллективизм и дисциплинированность.

Познавательные КТД состоят в развитии у школьников гражданского отношения к истории и традициям физической культуры и спорта в России, в мире.

Организационное дело - это организация и проведение дистанций эстафеты, направленной на формирование умений коллективного планирования и коллективного поиска, совершенствование коммуникативных навыков, обучение товариществу и сотрудничеству





Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».

V модуль (трек) программы «Орленок - Спортсмен»

Цель модуля (трека): формирование ценностного отношения к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, побуждение к здоровому образу жизни, воспитание силы воли

ВАЖНО: ценность трека – Здоровье, здоровый образ жизни. Как ученики относятся к своему здоровью, считают ли они себя здоровыми? Насколько актуальна для них эта ценность?



Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».

V модуль (трек) программы «Орленок - Спортсмен»

В модуле (треке) **8 ЗАНЯТИЙ:**

1 ЭТАП — мотивация, введение в тему, проведение 5 дистанций командных соревнований:

Занятие № 1. Спорт и физкультура,

Занятие 2 «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!»,

Занятие № 3. Движение – это жизнь, а жизнь – это движение!,

Занятие № 4. Каждый ребенок – чемпион! ,

Занятие № 5. Спорт – норма жизни!

Занятие № 6. Будь в движении!

2 ЭТАП — проведение заключительного этапа соревнований «Занятие № 7. На старт!

3 ЭТАП — подведение итогов, определение перспектив Занятие № 8. Подводим ИТОГИ



Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».

V модуль (трек) программы «Орленок — Спортсмен»

ПЕРВОЕ ЗАНЯТИЕ ТРЕКА «Спорт и физкультура»

ЦЕЛЬ: формировать интерес и положительное отношение к регулярным занятиям физической культурой и спортом, мотивировать обучающихся на проведение коллективно-творческого дела спортивно-оздоровительной направленности

СУТЬ ЗАНЯТИЯ: дети вместе с педагогом обсуждают, кого можно назвать спортсменом, какими качествами он обладает, кто такой физкультурник и спортсмен, мотивация на подготовку и проведение соревнований (уточненная деталь - обязательное условие, чтобы быть спортсменом)

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА НА ЗАНЯТИИ: «по секрету всему свету» (личное отношение к здоровью), вопрос-интрига «спортсмены в классе», рассказ педагога, групповая работа «определение понятий»

Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».

V модуль (трек) программы «Орленок - Спортсмен»

ВТОРОЕ ЗАНЯТИЕ ТРЕКА «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!»

ЦЕЛЬ: побуждать обучающихся к здоровому образу жизни и отказу от вредных привычек, стимулировать желание обучающихся проявлять социальную активность в организации регулярной спортивно-оздоровительной работы в классе.

СУТЬ ЗАНЯТИЯ: ученики в командах постоянного состава проходят первую дистанцию, посвященную теме «Здоровый образ жизни», совместно разрабатывают трекер здоровых привычек, который ученики заполняют индивидуально на всем протяжении трека.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА НА ЗАНЯТИИ: прослушивание и обсуждение звукозаписи утренней гимнастики СССР, рассказ о традициях, «эстафетная палочка», антипод, оформление трекера (бланка) здоровых привычек, настрой на честность, упорство, волю.

Пример трекера: выбрать 4-5 здоровых привычек, которые необходимо отслеживать ежедневно, например, «сон 10-10,5 часов»*, «утренняя гимнастика», «отказ от фастфуда», «прогулка», «тренировка»

Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».

~~V модуль (трек) программы «Орленок - Спортсмен»~~

ТРЕТЬЕ ЗАНЯТИЕ ТРЕКА «Движение – это жизнь, а жизнь – это движение!»

ЦЕЛЬ: способствовать вовлечению обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, формировать умение работать в команде, презентовать результаты общей деятельности.

СУТЬ ЗАНЯТИЯ: стартует вторая дистанция «игры детства», проводятся командные соревнования, члены жюри (наставники) оценивают работу команд.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА НА ЗАНЯТИИ: чтение рассказа М. Дружининой «Спортивная шоколадка», рассказ о двигательном режиме и его нормах, чек-листы «Двигательная активность учеников», организация командных соревнований «угадай игру» (ключевые слова, движения игры), «шифровка игр», поручение (вспомнить игры, провести на перемене)

Важно: на этом этапе занятия возможно привлечение наставников (старших помощников), для исключения повторов игр и расширения арсенала игр в классе командам предлагается не самим вспомнить игры, а зашифровать предложенные

ОЦЕНОЧНЫЙ ЛИСТ ДИСТАНЦИИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

	Команда 1		Команда 2		Команда 3		Команда 4		Команда 5	
	Загаданная игра	Угаданная игра	Загаданная игра	Угаданная игра	Загаданная игра	Угаданная игра	Загаданная игра	Угаданная игра	Загаданная игра	Угаданная игра
Игра 1										
Игра 2										
Итого										



Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».

~~V модуль (трек) программы «Орленок - Спортсмен»~~

ЧЕТВЕРТОЕ ЗАНЯТИЕ ТРЕКА «Каждый ребенок – чемпион!»

ЦЕЛЬ: приобщать обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта в России, в мире, формировать интерес к регулярным занятиям физической культурой и спортом, формировать ответственное отношение к выполнению порученного дела.

СУТЬ ЗАНЯТИЯ: стартует третья дистанция соревнования «Виды спорта», в ходе которой ученики демонстрируют знания различных видов спорта, получая баллы за командные соревнования

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА НА ЗАНЯТИИ: просмотр видео (педагог демонстрирует одну из серий мини-фильмов о российских чемпионах Олимпийских игр в Токио <https://спорт.рдш.рф/news>), рассказ о современных видах спорта (Всероссийский реестр видов спорта), «Кто быстрее?», «Что мы знаем про Олимпиады?», поручение (ГТО)



Корпоративный университет РДШ

Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».

~~V модуль (трек) программы «Орленок - Спортсмен»~~

ПЯТОЕ ЗАНЯТИЕ ТРЕКА «Спорт – норма жизни!»

ЦЕЛЬ: формировать интерес к изучению истории семьи, Родины, формировать положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми в процессе совместной деятельности.

СУТЬ ЗАНЯТИЯ: стартует четвертая дистанция командных соревнований, посвященная ГТО, дети узнают об истории развития ГТО в стране

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА НА ЗАНЯТИИ: стихотворением С. Маршака «Рассказ о неизвестном герое», видеоролик сайта Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) из раздела «Как выполнять» <https://www.gto.ru/#gto-method>, организует общение с участниками движения ГТО, демонстрирует атрибуты – значки, книжки, форму, фотографии сдачи норм ГТО, знакомит с нормативами возрастной группы с 9- 10 лет

ВАЖНО: не упустите возможности дать ученикам попробовать свои силы в выполнении норм ГТО, привлечите наставников, но не включайте данный пункт в соревнование

Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».

~~V модуль (трек) программы «Орленок - Спортсмен»~~

ШЕСТОЕ ЗАНЯТИЕ ТРЕКА «Будь в движении!»

ЦЕЛЬ: способствовать осознанию обучающимися роли занятий физической культурой и спортом в организации активного отдыха и досуга, формировать ответственное отношение к выполнению порученного дела, умение работать в команде.

СУТЬ ЗАНЯТИЯ: стартует пятая дистанция командных соревнований по роуп-скиппингу (<https://спорт.рдш.рф/events/36>), на этой дистанции на результат повлияет физическая подготовленность членов команд.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА НА ЗАНЯТИИ: интрига (этот способ требует около 2 квадратных метров площади и всего 1 предмет спортивного инвентаря), проводит соревнования по роуп-скиппингу, состоящие из прыжков через скакалку на время, сложные прыжки через скакалку (трюки)

ВАЖНО: если в команде больше 5 человек, оставшиеся ученики подключаются к подсчету прыжков



Корпоративный университет РДШ

Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».

~~V модуль (трек) программы «Орленок - Спортсмен»~~

СЕДЬМОЕ ЗАНЯТИЕ ТРЕКА «На старт!»

ЦЕЛЬ: формировать ответственное отношение к выполнению порученного дела, умение работать в команде, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, распределять ответственность за проведение общего дела.


СУТЬ ЗАНЯТИЯ: командные соревнования на шестой дистанции «На старт!», на которой подсчитываются все баллы, полученные командами ранее.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА НА ЗАНЯТИИ: жеребьевка, представление оценочных листов командами, организация подсчета баллов, треков ЗОЖ, награждение победителей, музыкальное сопровождение, фотографирование

ВАЖНО: пригласить родителей для работы в качестве экспертов



Корпоративный университет РДШ



Методические материалы к программе развития социальной активности младших школьников «Орлята России».
~~V модуль (трек) программы «Орленок - Спортсмен»~~

ВОСЬМОЕ ЗАНЯТИЕ ТРЕКА «Подводим итоги»

ЦЕЛЬ: формировать умение побеждать и проигрывать с достоинством, поддерживать позитивные эмоции радости, удовлетворения, воодушевления, гордости за совместно проведенное дело, мотивацию на продолжение спортивно-оздоровительной работы, стимулировать участие в коллективных делах.

СУТЬ ЗАНЯТИЯ: заключительный этап соревнований, обсуждение КТД соревнования «Знаю, могу, умею», обсуждение результатов заполнения оценочных листов,

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА НА ЗАНЯТИИ: жеребьевка, представление оценочных листов командами, организация подсчета баллов, треков ЗОЖ, награждение победителей, музыкальное сопровождение, фотографирование

ИТОГОВАЯ ТАБЛИЦА РЕЗУЛЬТАТОВ УЧАСТИЯ В ЭСТАФЕТЕ «ЗНАЮ – МОГУ – УМЕЮ»

Команды	Дистанция «ЗОЖ»					Дистанция «Подвижные игры»	Дистанция «Виды спорта»	Дистанция «ГТО»	Дистанция «Подтянись к движению!»		Дистанция «На старт!»	Итого баллов	Место
	Привычка 1	Привычка 2	Привычка 3	Привычка 4	Привычка 5				Прыжки на скакалке	Роуп-скиппинг			
Команда 1													
Команда 2													
Команда 3													
Команда 4													
Команда 5													





*Программа развития социальной активности
обучающихся начальных классов «Орлята России».
Методические и технологические аспекты
реализации пятого образовательного трека
«Орленок — Спортсмен»*

