



ОРЛЁНОК



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКТ К ТРЕКУ
«ОРЛЁНОК – СПОРТСМЕН» 1 КЛАСС
в рамках программы развития
социальной активности обучающихся
начальных классов

Орлята РОССИИ



©ВДЦ «Орлёнок»
2022



Орлята
РОССИИ

Рецензенты:

Столбова Е.А., кандидат педагогических наук, руководитель методического центра Федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования» (ФГБНУ «ИИДСВ РАО»)

Пилипчевская Н.В., кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры «Педагогическое образование» Гуманитарно-педагогического института ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет».

Фролова Е.В., кандидат педагогических наук, декан факультета подготовки учителей начальных классов ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет».

Шебанец Е.Ю., кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и социальной психологии факультета социальных технологий и туризма ФГБОУ ВО «Адыгейский государственный университет».

Учебно-методический комплект к треку «Орлёнок – Спортсмен» 1 класс в рамках программы развития социальной активности обучающихся начальных классов «Орлята России». Методические материалы / авторы-составители Волкова Н.А., Китаева А.Ю., Сокольских А.А., Телешева О.Ю., Тимофеева И.П., Шатунова Т.И., Шевердина О.В. – Краснодар: Изд-во ..., 2022г.–... с.

© О.В. Шевердина, Н.А. Волкова, А.Ю. Китаева, А.А. Сокольских, О.Ю. Телешева, И.П. Тимофеева, Т.И. Шатунова.

© ФГБОУ ВДЦ «Орлёнок»

Оглавление

<i>Трек «Орлёнок – Спортсмен»</i>	4
Занятие №1 «Утро мы начинаем с зарядки»	5
Занятие №2 «Сто затей для всех друзей»	8
Занятие №3 «Весёлые старты»	10
Занятие №4 «Самые спортивные ребята моей школы»	11
Занятие №5 «Азбука здоровья»	12

Трек «Орлёнок – Спортсмен» – 5 занятий
*Ценности, значимые качества трека:
 здоровый образ жизни*



*Логотип трека
 «Орлёнок – Спортсмен»*

Время для реализации этого трека обусловлено необходимостью усилить двигательную активность детей, так как к середине учебного года накапливается определённая физическая и эмоциональная усталость от учебной нагрузки. Надеемся, что дополнительные физкультурно-оздоровительные мероприятия, в том числе, позволят снизить заболеваемость детей, что актуально в зимний период.

*Символ трека – ЗОЖик
 (персонаж, ведущий здоровый образ жизни)*

ЗОЖик – это образ весёлого неунывающего человечка, который придерживается правил здорового образа жизни для поддержания здоровья, силы, красоты. ЗОЖик активен, знает законы здорового образа жизни и владеет основными навыками сохранения здоровья. Он обязательно стремится вести активный образ жизни и учить этому ребят. Образ ЗОЖика возможно нарисовать вместе с обучающимися на уроках изобразительного искусства или создать коллективное видение этого героя через приём словесного рисования:

1. Рассматривание иллюстраций по теме здорового образа жизни через организацию наблюдения за тем, что помогает художнику передать тему спорта, важности движения, поддержания здоровья. Эта работа в качестве подготовительной может проводиться и на уроках изобразительного искусства, и на уроках внеклассного чтения.
2. Выбор из нескольких вариантов иллюстраций одной наиболее подходящей к треку.
3. Коллективное устное иллюстрирование через актуализацию: как обучающиеся представляют себе образ ЗОЖика, какой он по характеру.
4. Визуализация образа под руководством педагога.
5. Размещение его в «Орлятском уголке».

В дальнейшем ЗОЖик сопровождает обучающихся в данном треке.

Образ ЗОЖика можно использовать обучающимися на соревнованиях – как символ поддержки, поднятия спортивного духа. Нарисованный символ должен быть создан самими детьми, понятен им и отражать цели трека, ярким по цвету, добродушным по настрою.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ ЗАНЯТИЙ К ТРЕКУ «ОРЛЁНОК – СПОРТСМЕН»

Занятие №1 «Утро мы начинаем с зарядки»

Цель: разучивание и создание упражнений утренней зарядки и физкультминуток.

Задачи:

Личностные: способствовать становлению ценностного отношения к укреплению здоровья с помощью зарядки.

Метапредметные (развивающие):

– *коммуникативные* – учиться рассказывать сверстникам и взрослым о пользе зарядки;

– *познавательные* – приобретать опыт составления комплекса упражнений для зарядки;

– *регулятивные* – учиться контролировать свои действия при выполнении зарядки.

Предметные (обучающие): формировать умение выполнять в определенной последовательности комплекс утренней зарядки.

Форма организации детей: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Место проведения: учебный кабинет класса.

Оборудование и наглядные пособия: мультимедийное оборудование.

Примерный план проведения занятия

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
1	Этап организационно-мотивационный. Задача этапа: создание психологического комфорта	– организует танцевальную зарядку .	Принимают участие.
Результат этапа: – эмоционально-положительный настрой на участие в занятии.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся

2	<p>Этап целеполагания.</p> <p>Задачи этапа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - постановка коллективной цели занятия; - знакомство с различными видами зарядки. 	<ul style="list-style-type: none"> – организует обсуждение по теме: важность зарядки для каждого человека, кто обычно делает зарядку и для чего; – организует обмен знаниями, что обучающиеся знают о зарядке и какие зарядки бывают; – вводит образ маленького ЗОЖика - персонажа, ведущего здоровый образ жизни. 	<p>Отвечают на поставленные вопросы.</p> <p>Определяют цель: какие упражнения для зарядки можно делать дома, в классе.</p> <p>Рисуют словесный портрет ЗОЖика (на 2 занятия по описанию ребят появляется визуализированный ЗОЖик).</p>
<p>Результаты этапа:</p> <ul style="list-style-type: none"> – постановка цели на занятие; – знакомство с видами зарядки. 			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
3	<p>Этап организации совместной деятельности.</p> <p>Задача этапа:</p> <p>формирование понимания, что каждый человек должен делать зарядку по утрам.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – организует работу в парах по созданию мини-зарядки или физкультминуток; – фиксирует последовательность упражнений зарядки, организует её выполнение; – организует обсуждение темы: важность зарядки для первоклассника. 	<p>Придумывают в парах по одному упражнению для зарядки; демонстрируют одноклассникам.</p> <p>Составляют с помощью учителя последовательность выполнения упражнений;</p> <p>Участвуют в общей зарядке; обсуждают.</p> <p>Вырабатывают общие правила, приходят к решению делать ее каждый день в классе.</p>
<p>Результат этапа:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понимание значения зарядки и того, что можно упражнения придумывать самим. 			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся

4	<p>Этап рефлексии, обсуждение результатов.</p> <p>Задачи этапа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подведение итогов; - соизмерение поставленных задач. 	<p>– организует подведение итогов работы, знакомит с весёлыми физкультминутками;</p> <p>– организует высказывание по отношению к занятию, по итогам его проведения;</p> <p>– получают от ЗОЖика задание: делать зарядку дома.</p>	<p>Подтверждают своё понимание значимости зарядки, участвуют в весёлых физкультминутках.</p> <p>Разбирают под руководством педагога упражнения утренней зарядки.</p>
<p>Результат этапа:</p> <p>– аргументированно высказываются о пользе зарядки.</p>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
5	<p>Эмоциональное завершение занятия.</p> <p>Задача этапа:</p> <p>позитивное завершение дела.</p>	<p>– организует эмоциональное завершение занятия танцевальной зарядкой.</p>	<p>Участвуют в предложенной деятельности.</p>
<p>Результат этапа:</p> <p>– демонстрируют желание делать дома зарядку.</p>			

Занятие №2 «Сто затей для всех друзей»

Цель: формировать потребность в активном образе жизни.

Задачи:

Личностные: прививать нормы дружеского поведения и взаимоуважения во время подвижных игр.

Метапредметные (развивающие):

– *коммуникативные* – учиться обсуждать и договариваться о правилах подвижных игр;

– *познавательные* – учиться использовать личный опыт в организации подвижных игр;

– *регулятивные* – учиться контролировать свои действия в соответствии с правилами подвижных игр.

Предметные (обучающие): играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств: быстрота, ловкость, координация.

Форма организации детей: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Место проведения: 1-3 этап занятия – спортивный зал или площадка, рекреация или другое место, где можно проводить подвижные игры, 4-5 этапы – класс.

Оборудование и наглядные пособия: мультимедийная аппаратура.

Подготовка: нарисовать ЗОЖика по описанию обучающихся (1 занятие)

Примерный план проведения занятия

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
1	Этап организационно-мотивационный. Задача этапа: создание психологического комфорта	– организует <u>веселую физкультминутку от ЗОЖика</u> .	Участвуют в физкультминутке; делятся впечатлениями, рассказывая, как дома выполняли зарядку.
Результат этапа: – эмоционально-положительный настрой на участие в занятии.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
2	Этап целеполагания. Задача этапа: постановка коллективной цели занятия.	– организует фронтальное обсуждение вопроса на тему здорового образа жизни.	Отвечают и высказывают свое мнение: говорят, о том, что такое здоровой образ жизни у первоклассника; приходят к выводу, что одним из аспектов ЗОЖ является

			подвижный образ жизни; ставят цель: узнать, как играть в подвижные игры, чтобы все остались друзьями.
Результат этапа: – постановка цели на занятие.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
3	Этап организации совместной деятельности. Задача этапа: сформировать этические правила во время участия в подвижных играх.	– организует подвижные игры от ЗОЖика .	Активные командные и парные игры (2-3 игры).
Результат этапа: – получают опыт общения и совместной работы в совместной подвижной игре.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
4	Этап рефлексии, обсуждение результатов. Задачи этапа: - подведение итогов; - соизмерение поставленных задач.	– организует «встречу» с ЗОЖиком и анализ проведённых подвижных игр, фиксирует ответы детей .	Высказывают своё отношение к занятию, анализируют: - определяют, что такое подвижные игры; - для чего они нужны первокласснику; - решают, какие правила нужно соблюдать во время подвижных игр (не обижаться, не обзывать и т.п.).
Результаты этапа: – под руководством учителя учатся анализировать свою деятельность и выдвигать идеи; – на опорной схеме у ЗОЖика появляются КЛАССные правила для подвижных игр.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
5	Эмоциональное завершение занятия. Задача этапа: позитивное завершение дела.	– организует повторение танцевальной зарядки	Танцуют.
Результат этапа: – включённость обучающихся в совместную игровую деятельность в классе.			

Занятие №3. «Весёлые старты»

Цель: способствовать приобретению опыта коллективной игровой деятельности.

Задачи:

Личностные: способствовать формированию уважительного отношения к соперникам.

Метапредметные (развивающие):

– *коммуникативные* – учиться исполнять различные роли в ходе подвижной игры: организатор-помощник, судья, участник (с помощью учителя);

– *познавательные* – узнавать новые командные игры;

– *регулятивные* – учиться проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок в подвижных играх.

Предметные (обучающие): играть в подвижные игры с коллективной направленностью.

Форма организации детей: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Место проведения: учебный кабинет класса.

Основное направление деятельности на занятии: проведение и участие в веселых стартах. Смена ролей при выполнении этапов: команда каждый раз решает, кто из числа команды будет судить это этап, кто – помогать педагогу с реквизитов.

Занятие №4 «Самые спортивные ребята моей школы»

Цель: способствовать формированию интереса к физической культуре и спорту.

Задачи:

Личностные: способствовать формированию желания заниматься спортом и физкультурой.

Метапредметные (развивающие):

- *коммуникативные* – высказывать своё отношение к услышанному и формулировать правильные вопросы;
- *познавательные* – узнавать о новых видах спорта;
- *регулятивные* – способствовать формированию уважительного отношения к достижениям российских спортсменов.

Предметные (обучающие): расширять кругозор и знания о достижениях российских спортсменов.

Форма организации детей: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Место проведения: учебный кабинет класса/актовый зал.

Основное направление деятельности на занятии: приглашаем 3-4 лучших спортсменов школы, которые рассказывают о своём любимом виде спорта, показывают награды, рассказывают о тех российских спортсменах, которые являются для них примером.

Занятие № 5.
«Азбука здоровья»

Цель: способствовать применению полученных знаний и умений на практике.

Задачи:

Личностные: развивать умение играть в подвижные игры.

Метапредметные (развивающие):

– *коммуникативные* – стремиться организовывать подвижные игры в команде сверстников;

– *познавательные* – сравнивать организацию своей жизни с установленными правилами здорового образа жизни;

– *регулятивные* – с помощью наводящих вопросов учителя оценивать свои личные успехи или трудности взаимодействия со сверстниками по итогам подвижных игр.

Предметные (обучающие): расширить представления о роли подвижных игр для взросления.

Форма организации детей: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Место проведения: учебный кабинет класса.

Основное направление деятельности на занятии: рассматривают фото или видео, как проходил трек, по опорной схеме анализируют и дополняют правила организации подвижных игр, проигрывают новую игру.