



ОРЛЁНОК



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКТ К ТРЕКУ  
«ОРЛЁНОК – СПОРТСМЕН» 3-4 КЛАССЫ  
в рамках программы развития  
социальной активности обучающихся  
начальных классов

# Орлята РОССИИ



©ВДЦ «Орлёнок»  
2022

## Рецензенты:

**Столбова Е.А.**, кандидат педагогических наук, руководитель методического центра Федерального государственного бюджетного научного учреждения «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» 3-4 классы в рамках программы развития социальной активности обучающихся начальных классов «Орлята России». Методические материалы / авторы-составители Шевердина О.В., Волкова Н.А., Китаева А.Ю., Сокольских А.А., Телешева О.Ю., Тимофеева И.П., Шатунова Т.И. – 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

Трек «Орлёнок – Спортсмен» .....	4
Занятие №1 «Движение – жизнь!» .....	5
Занятие №2 «Основы ЗОЖ».....	8
Занятие №3 «Мы гордимся нашими спортсменами» .....	11
Занятие №4 «Сто затей для всех друзей».....	14
Занятие №5 КТД «Спортивное» .....	18
Занятие №6 Спортивная игра «Книга рекордов».....	21
Занятие №7,8 «Встреча - подарок».....	24
Занятие №9 «Азбука здоровья» .....	25

## Трек «Орлёнок – Спортсмен»

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 усталость, вызванная гиподинамическим кризисом и учебной нагрузкой. Надеемся, что дополнительные физкультурно-оздоровительные мероприятия позволят снизить заболеваемость детей, что актуально в зимний период.

## Символ трека – чек-лист



Чек лист  
2,3,4 классы

Чек-лист сопровождает на протяжении всего трека. Он предполагает определённые шаги, при выполнении которых ставятся «галочки». Чек-лист помогает всегда видеть перед глазами список дел, вы всегда сможете проконтролировать любой процесс. А в треке "Орлёнок - Спортсмен" вписать шаги спортивной направленности, такие как "Мы вместе сделали зарядку", "Мы составили свой режим дня" и многое другое.

Составленный по итогам трека Чек-лист ребята смогут использовать в повседневной жизни для ежедневного продолжения соблюдения здорового образа жизни.

Ведь чтобы вести здоровый образ жизни и не болеть, необходим системный и осмысленный подход, в котором и поможет Чек-лист трека "Орлёнок - Спортсмен".

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ ЗАНЯТИЙ К ТРЕКУ (МОДУЛЮ) «ОРЛЁНОК - СПОРТСМЕН»

### Занятие №1 «Движение – жизнь!»

**Цель:** понимание значения утренней зарядки как средства организации здорового образа жизни.

**Задачи:**

Личностные: соблюдение правил организации здорового образа жизни.

Метапредметные (развивающие):

- *коммуникативные:* уметь работать в группе, общаться со сверстниками на принципах взаимоуважения и помощи;
- *познавательные:* составлять комплекс утренней зарядки через совместную групповую работу;
- *регулятивные:* определять цели на занятие с помощью учителя.

Предметные (обучающие): осознавать положительное влияние зарядки на укрепление здоровья.

**Форма организации детей:** фронтальная, групповая.

**Место проведения:** учебный кабинет класса.

**Оборудование и наглядные пособия:** компьютер/ноутбук, проектор, экран, листочки с движениями для повторения, видео зарядки «На зарядку становись!» ВДЦ «Орлёнок», символ трека, танец «Ну-ка-на-ка».

#### Примерный план проведения занятия

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
1	<p>Этап организационно-мотивационный.</p> <p><b>Задачи этапа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создание психологического комфорта;</li> <li>- погружение в тематику трека.</li> </ul>	<p>– организует положительный эмоционально-психологический настрой в классе</p> <p><i>*в класс каждый ребёнок <u>заходит, выбрав движения</u> на листочках, которые размещены на двери класса, и повторяет его совместно с учителем.</i></p>	<p>Выбирают движение и повторяют с учителем.</p>

<b>Результаты этапа:</b> – эмоционально-положительный отклик от детей; – погружение в тематику трека.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
2	Этап целеполагания.  <b>Задачи этапа:</b> - содействие включенности коллектива класса в активное участие в занятие; - создание визуального образа «Орлёнка – Спортсмена».	– совместно с детьми создаёт визуальный образ «Орлёнка – Спортсмена» ( <i>что такое здоровый образ жизни? из чего он складывается? что необходимо обязательно делать, если хотим долго оставаться здоровыми?</i> );  – в ходе разговора обращает внимание на слова детей о важности зарядки;  - предлагает детям встать со своих мест и повторить <a href="#">зарядку «На зарядку становись!» ВДЦ «Орлёнок»</a> .	Отвечают на вопросы и создают визуальный образ «Орлёнка – Спортсмена».        Делают зарядку.
<b>Результат этапа:</b> –визуализация образа «Орлёнка – Спортсмена».			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
3	Этап организации совместной деятельности.  <b>Задачи этапа:</b> - формирование чувства команды; - создание комплекса упражнений для зарядки.	– делит класс на группы и предлагает им придумать 1-2 упражнения для зарядки ( <i>первая группа – утреннюю, вторая – в школе на перемене, третья – если устал делать уроки дома, четвертая группа - ...</i> );  – предлагает составить комплекс зарядки для дома ( <i>оформляют придуманное и перечень упражнений дети забирают домой</i> );  – напоминает о ЧТП в классе и советует группе, которая отвечает за спорт, на переменах ( <i>утренней, дневной и большой</i> ) проводить зарядки.	Делятся на группы и придумывают упражнения для зарядки.       Придумывают и оформляют комплекс упражнений зарядки для дома.   Вводят для спортивной группы новые поручения.



<b>Результаты этапа:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– 1-2 упражнения для зарядки <i>утренней, в школе на перемене и т.п.</i>;</li> <li>– комплекс зарядки для дома;</li> <li>– новые поручения для спортивной группы (ЧТП).</li> </ul>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
4	<p>Этап рефлексии, обсуждение результатов.</p> <p><b>Задачи этапа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подведение итогов, соизмерение поставленных задач;</li> <li>– знакомство с символом трека.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– подводит итоги занятия (<i>почему важно вести здоровый образ жизни? чем полезна утренняя зарядка? будете ли вы делать зарядку по утрам?</i>)</li> <li>– знакомит с символом трека – <u>Чек-листом</u> (<i>объясняет, как работать с Чек-листом, и что после каждого занятия в Чек-листе будет появляться новый пункт</i>);</li> <li>– размещает первый пункт в Чек-листе «Мы сделали зарядку».</li> </ul>	<p>Отвечают на заданные педагогом вопросы.</p> <p>Знакомятся с символом трека – Чек-листом, и как с ним работать.</p>
<b>Результаты этапа:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обобщение понятия «здоровый образ жизни» и «зарядка»;</li> <li>– знакомство с символом трека – Чек-листом;</li> <li>– заполнение первого пункта в Чек-листе.</li> </ul>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
5	<p>Эмоциональное завершение занятия.</p> <p><b>Задачи этапа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позитивное завершение дела;</li> <li>- закрепление настроения на дальнейшее участие.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– предлагает всем подвигаться и повторить танец <u>«Нука-нака»</u>.</li> </ul>	<p>Повторяют танец.</p>
<b>Результат этапа:</b> <p>положительный настрой на дальнейшее участие в треке.</p>			

## Занятие №2 «Основы ЗОЖ»

**Цель:** содействие формированию понятия здорового образа жизни и его основ.

**Задачи:**

Личностные: формировать культуру здорового образа жизни человека.

Метапредметные (развивающие):

- *коммуникативные:* признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;
- *познавательные:* формировать потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа сохранения и укрепления личного здоровья;
- *регулятивные:* содействовать принятию и сохранению поставленной задачи, осуществлению поиска средств её достижения;

Предметные (обучающие): помочь ребятам научиться систематизировать основные составляющие здорового образа жизни.

**Форма организации детей:** фронтальная, групповая.

**Место проведения:** учебный кабинет класса.

**Оборудование и наглядные пособия:** [символ трека](#), компьютер/ноутбук, проектор, экран, [листочки с движениями для повторения](#), [видеоролик «Мы за здоровый образ жизни!»](#), [карточки с изображением эмоджи](#), [карточки с основами здорового образа жизни](#), [игро-танец «Двигайся, замри!»](#)

### Примерный план проведения занятия

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
1	<p>Этап организационно-мотивационный.</p> <p><b>Задача этапа:</b> создание психологического комфорта.</p>	<p>– организует положительный эмоционально-психологический настрой в классе</p> <p><i>*в класс каждый ребёнок заходит, выбрав движения на листочках, которые размещены на двери класса, и повторяет его совместно с учителем;</i></p> <p>– совместно с ребятами вспоминает и повторяет зарядку.</p>	<p>Выбирают движение и повторяют с учителем.</p> <p>Выполняют придуманную зарядку.</p>
<p><b>Результаты этапа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– эмоционально-положительный настрой детей;</li> <li>– закрепление придуманной зарядки детьми.</li> </ul>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся



2	<p>Этап целеполагания.</p> <p><b>Задача этапа:</b> содействие включенности коллектива класса в активное участие в занятие.</p>	<p>– организует обмен впечатлениями о том, как дома ребята выполняют зарядку;</p> <p>– затрагивает тему основ здорового образа жизни (<a href="#">просмотр видеоролика «Мы за здоровый образ жизни!»</a>);</p> <p>– делит ребят на группы с помощью <a href="#">карточек (на карточке изображено эмодзи с эмблемой видов спорта: баскетбол, конный вид спорта, сноуборд, велогонки, горные лыжи)</a>.</p>	<p>Обмениваются впечатлениями об утренней зарядке дома.</p> <p>Смотрят видео «Мы за здоровый образ жизни!».</p> <p>Делятся на группы.</p>
<p><b>Результат этапа:</b></p> <p>постановка общей цели: больше узнать о здоровом образе жизни.</p>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
3	<p>Этап организации совместной деятельности.</p> <p><b>Задачи этапа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование чувства команды;</li> <li>- знакомство с основами здорового образа жизни.</li> </ul>	<p>– организует работу групп (<i>каждая группа вытягивает одну из карточек, где написаны различные <a href="#">составляющие здорового образа жизни</a>: режим дня, рациональное питание, закаливание, гигиена, отсутствие вредных привычек, физическая активность, хорошее настроение; придумывает в какой форме и что важное расскажет про неё: можно рисовать, можно сделать коллаж, можно представить визуально и пр., необходимо предоставить детям литературный материал и т.д.</i>);</p> <p>– устраивает динамическую паузу (<a href="#">игро-танец «Двигайся, замри!»</a>);</p> <p>– уточняет готовность групп и предоставляет им слово.</p>	<p>Работают по группам над презентацией основ здорового образа жизни.</p> <p>Участвуют в динамической паузе.</p> <p>Выступление групп с презентацией «Из чего состоит здоровый образ жизни».</p>

<b>Результат этапа:</b> представление группами составляющих здорового образа жизни.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
4	Этап рефлексии, обсуждение результатов.  <b>Задача этапа:</b> подведение итогов, соизмерение поставленных задач.	– фиксирует совместно с детьми <u>составляющие здорового образа          жизни</u> в Орлятском уголке;  – организует работу с <u>Чек-листом</u> : совместно с ребятами вписывает второй пункт «Мы составили свой режим дня».	Размещают составляющие здорового образа жизни в уголке класса.  Заполняют Чек-лист.
<b>Результаты этапа:</b> – закрепление основ здорового образа жизни; – размещение второго пункта в Чек-листе.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
5	Эмоциональное завершение занятия.  <b>Задачи этапа:</b> - позитивное завершение дела; - закрепление на дальнейшее продолжение и участие.	– даёт поручение: <i>подготовить информацию к          следующему занятию о том,          какими видами спорта в          детстве или сейчас увлекаются          ваши родители и вы.</i>	Получают задание к следующему занятию.
<b>Результат этапа:</b> положительный настрой на следующие занятия трека.			

### Занятие №3 «Мы гордимся нашими спортсменами»

**Цель:** ознакомление ребят с известными спортсменами и различными видами спорта.

**Задачи:**

Личностные: содействовать формированию положительной оценки здорового образа жизни профессиональных спортсменов.

Метапредметные (развивающие):

- коммуникативные: создать условия для взаимодействия ребят в группах;
- познавательные: содействовать формированию умения последовательного выполнения действий, согласно намеченному плану;
- регулятивные: формировать умение соотносить имеющиеся знания о виде спорта с демонстрацией конкретного навыка.

Предметные (обучающие): создать условия для расширения кругозора.

**Форма организации детей:** фронтальная, групповая.

**Место проведения:** учебный кабинет класса + просторное помещение.

**Оборудование и наглядные пособия:** аппаратура для воспроизведения видео, [видео о великих спортсменах](#), канцтовары (фломастеры, цветные карандаши, бумага), столы, стулья, [символ трека](#).

#### Примерный план проведения занятия

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
1	Этап организационно-мотивационный.  <b>Задача этапа:</b> создание психологического комфорта.	– предлагает ребятам объединиться парами и в паре изобразить мимикой и жестами тот вид спорта, который является любимым/которым увлекаются/увлекались в детстве родители ребёнка или он сам.	Показывают друг другу определённый вид спорта мимикой и жестами и пробуют отгадать.
<b>Результат этапа:</b> эмоционально-положительный отклик от детей.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
2	Этап целеполагания.  <b>Задача этапа:</b> содействие включенности коллектива класса в активное участие в занятие.	– организует <a href="#">просмотр видео о великих спортсменах СССР и России</a> (после видео или параллельно просмотру педагог может прокомментировать то, что ребята увидели);  – помогает ребятам сформулировать цель на занятие:	Смотрят видео о великих спортсменах СССР и России.  Формулируют цель на занятие.

		узнать больше о различных видах спорта.	
<b>Результаты этапа:</b> – постановка общей цели на занятие; – знакомство с великими спортсменами.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
3	Этап организации совместной деятельности.  <b>Задачи этапа:</b> - формирование чувства команды; - знакомство с различными видами спорта.	– организует работу в группах: для этого ребятам нужно объединиться парами/ тройками/ группами, кто увлекается одним и тем же видом спорта. Как только группы сформированы, ребятам нужно предложить свой комплекс полезных упражнений из этого вида спорта, нарисовать его эмблему и составить небольшой рассказ;  – по готовности, группы рассказывают о своём виде спорта, показывают получившуюся эмблему, проводят комплекс упражнений с ребятами.  – организует игру «Спортивный аукцион»: кто сможет назвать как можно больше видов спорта.	Работают в группах, готовят презентацию своего вида спорта с практическими упражнениями.  Презентуют свой вид спорта, проводят упражнения.  Участвуют в игре.
<b>Результат этапа:</b> представление группами различных видов спорта.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
4	Этап рефлексии, обсуждение результатов.  <b>Задача этапа:</b> подведение итогов, соизмерение с поставленными задачами.	– организует работу с символом трека – в <a href="#">Чек-листе</a> помогает разместить ещё один пункт: «Мы были сегодня активными и много двигались».	Заполняют Чек-лист новой фразой.

<b>Результат этапа:</b> работа с символом трека.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
5	Эмоциональное завершение занятия.  <b>Задача этапа:</b> позитивное завершение дела.	– проводит игру «Третий лишний» (играется по традиционным правилам).	Участвуют в игре.
<b>Результат этапа:</b> положительный настрой на следующие занятия трека.			

## Занятие №4 «Сто затей для всех друзей»

**Цель:** содействие развитию творческого мышления ребят посредством создания новых видов спорта.

**Задачи:**

**Личностные:** содействовать формированию ценностного отношения к активным видам деятельности.

**Метапредметные (развивающие):**

- **коммуникативные:** создать условия для взаимодействия ребят в группах;
- **познавательные:** содействовать формированию умения последовательного выполнения действий, согласно намеченному плану;
- **регулятивные:** содействовать формированию умения соотносить имеющуюся информацию и на основе неё составлять план дальнейших действий.

**Предметные (обучающие):** создать условия для развития воображения.

**Форма организации детей:** фронтальная, групповая.

**Место проведения:** учебный кабинет класса + просторное помещение.

**Оборудование и наглядные пособия:** [символ трека](#), подручные предметы (это могут быть бутылочки с водой, пластиковые стаканчики, цветные карандаши или фломастеры, воздушные шарик, линейки, стулья или любые другие предметы), [карточка для описания предмета](#).

### Примерный план проведения занятия

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
1	Этап организационно-мотивационный.  <b>Задача этапа:</b> создание психологического комфорта.	– делит класс на 3 равных по составу группы и предлагает ребятам вспомнить песни, где поётся о спорте, о здоровье, о здоровом образе жизни.	Делятся на 3 группы, вспоминают и исполняют куплеты/припевы из песен.
<b>Результат этапа:</b> эмоционально-положительный отклик от детей.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
	Этап целеполагания.  <b>Задача этапа:</b> содействие включенности коллектива класса в активное участие в занятии.	– помогает ребятам сформулировать цель на занятие: придумать новый вид спорта, используя подручные предметы.	Ставят цель на занятие при помощи педагога.



<b>Результат этапа:</b> постановка общей цели на занятие.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
3	<p>Этап организации совместной деятельности.</p> <p><b>Задачи этапа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование чувства команды;</li> <li>- создание нового вида спорта с подручным предметом.</li> </ul>	<p>– предлагает каждой группе выбрать любой подручный предмет (это может быть бутылочка с водой, линейки, карандаши, стулья и т.д. – то, что окружает ребят в помещении);</p> <p>– даёт задание группе: описать максимально характеристики предмета и его свойства, возможности. Результаты группе необходимо записать на <a href="#">карточку</a>. Помочь группам могут наставники-старшеклассники. При описании предмета они могут помочь группе наводящими вопросами («какого цвета этот предмет?», «таких предметов много или мало?», «из чего сделан этот предмет?», «мягкий он или твёрдый?», «лёгкий он или тяжёлый?» и т.д.). При описании свойств и возможностей предмета наставники-старшеклассники могут помочь такими вопросами: «может ли этот предмет удержаться на плаву, или он тонет?», «он катается или его нужно переносить?», «его можно кидать или его нужно аккуратно передавать из рук в руки?» и т.д.;</p> <p>– после того, как каждая группа заполнила карточку по выбранному предмету педагог предлагает ребятам придумать с этим предметом новый, ещё не существующий вид спорта, опираясь на те характеристики и свойства, которые ребята указали в карточке. Этому виду спорта нужно дать своё название и</p>	<p>Выбирают предмет.</p> <p>Описывают характеристики и свойства предмета.</p> <p>Придумывают с выбранным предметом новый вид спорта, его название и программу соревнований.</p>

		<p>придумать программу соревнований – что нужно будет сделать спортсменам, участвующим в этом виде спорта;</p> <p>– по итогам готовности групп педагог предлагает провести в своих группах мини-соревнования по этому виду спорта, чтобы понять, что ещё ребятам необходимо доработать, так как через одно занятие они будут проводить это соревнования для двух других групп своего класса.</p>	<p>Проводят мини-соревнования по получившемуся виду спорта в своей группе.</p>
--	--	--	--

**Результат этапа:**

готовность групп к проведению соревнований по придуманному ими виду спорта.

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
4	<p>Этап рефлексии, обсуждение результатов.</p> <p><b>Задача этапа:</b> подведение итогов, соизмерение с поставленными задачами.</p>	<p>– предлагает ребятам определить готовность к проведению соревнования по своему виду спорта по десятибалльной шкале;</p> <p>– организует работу с символом трека: дополняют <a href="#">Чек-лист</a> фразой «Мы придумали новый вид спорта».</p>	<p>Определяют готовность к проведению соревнований.</p> <p>Заполняют Чек-лист.</p>

**Результат этапа:**

работа с символом трека.

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
5	<p>Эмоциональное завершение занятия.</p> <p><b>Задачи этапа:</b> - позитивное завершение дела; - закрепление на дальнейшее продолжение и участие.</p>	<p>– предлагает ребятам сыграть в игру «Гномики-домики».</p> <p><b>*Описание игры:</b> <i>Ребятам нужно распределиться в тройки и встать так, что двое с помощью рук образуют крышку домика, а один из тройки встаёт под эту крышу становясь жильцом. Домики располагаются по кругу. Тот, кто остался один, встаёт в центр круга и становится водящим. У водящего есть три команды:</i> - <b>«Землетрясение»</b> (образуются новые домики и жильцы, собираются новые тройки; тот, кто остался без тройки –</p>	<p>Участвуют в игре «Гномики-домики».</p>

		<p>становится новым водящим);</p> <p>- <b>«Наводнение»</b> (домикам нужно найти себе нового жильца; жилец, оставшийся без крыши, становится водящим);</p> <p>- <b>«Вулкан»</b> (жильцам нужно покинуть свой домик и найти новое убежище; кто не успел – становится водящим).</p> <p>И так, каждый новый водящий выбирает любую из трёх команд и старается занять своё место среди участников. Игра проводится в течение 5-7 минут.</p>	
<p><b>Результат этапа:</b></p> <p>положительный настрой на следующие занятия трека.</p>			

## Занятие №5 КТД «Спортивное»

**Цель:** знакомство ребят с культурой болельщиков.

**Задачи:**

Личностные: создать условия для понимания культуры болельщика и правил нахождения на спортивных соревнованиях.

Метапредметные (развивающие):

- коммуникативные: создать условия для взаимодействия ребят в группах;
- познавательные: содействовать формированию умения последовательного выполнения действий, согласно намеченному плану;
- регулятивные: создать условия для формирования аналитических способностей.

Предметные (обучающие): содействовать формированию правильного образа болельщика соревнований.

**Форма организации детей:** фронтальная, групповая.

**Место проведения:** учебный кабинет класса + просторное помещение.

**Оборудование и наглядные пособия:** [символ трека](#), колонка с энергичными орлятскими песнями, [презентация к игре «Поведение болельщиков: что можно, а что нельзя?»](#), аппаратура для воспроизведения презентации (желательно большой экран, так как детям нужно будет занять одну из сторон), канцтовары (краски, кисточки, фломастеры, карандаши, ножницы, клей, цветная бумага, листы ватмана).

### Примерный план проведения занятия

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
1	Этап организационно-мотивационный.  <b>Задача этапа:</b> создание психологического комфорта.	– предлагает ребятам встать в круг и в любом порядке выходить в центр круга и показывать движения под музыку, так, чтобы остальные ребята смогли эти движения повторять. Как только кто-то один показал 1-2 движения, он выбирает любого человека из круга, и они меняются местами. Так происходит до тех пор, пока все ребята не побывают в центре круга.	Показывают танцевальные движения.
<b>Результат этапа:</b> эмоционально-положительный отклик от детей.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся

2	<p>Этап целеполагания.</p> <p><b>Задача этапа:</b> содействие включенности коллектива класса в активное участие в занятие.</p>	<p>– помогает ребятам сформулировать цель на занятие: подготовить группу болельщиков к соревнованиям.</p>	<p>Ставят цель на занятие.</p>
<p><b>Результат этапа:</b> постановка общей цели на занятие.</p>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
3	<p>Этап организации совместной деятельности.</p> <p><b>Задачи этапа:</b> - формирование чувства команды; - знакомство с правилами болельщика.</p>	<p>– организует обсуждение: кто такие болельщики и чем они «больны»;</p> <p>– проводит <a href="#">игру «Поведение болельщиков: что можно, а что нельзя?»</a>. Для этого педагог зачитывает вопрос и на экране появляются 2 варианта ответа, а ребятам за 10 секунд необходимо каждому лично решить, какой вариант ответа верный и занять ту сторону, где этот вариант написан. Кто отвечает неверно, тот садится на своё место;</p> <p>– после того, как ребята познакомились с основными правилами болельщиков, педагог организует работу тех же трёх групп (в которых ребятам работали на предыдущих занятиях): группам необходимо на этот раз нарисовать плакаты для соревнований в поддержку своей команды и придумать 3 кричалки (здесь педагогу важно проконтролировать, чтобы кричалки не нарушали права других групп, то есть не были направлены против них), а также определить общий стиль команды</p>	<p>Участвуют в обсуждении.</p> <p>Участвуют в игре, тем самым запоминая, как можно вести себя болельщикам, а как нельзя.</p> <p>Придумывают кричалки, рисуют плакаты в поддержку своей команды, обсуждают единый стиль команды (отличительный элемент).</p>

		(какой элемент их будет объединять во время соревнований).	
<b>Результат этапа:</b> подготовка группами плакатов и кричалок болельщиков для предстоящих соревнований.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
4	Этап рефлексии, обсуждение результатов.  <b>Задача этапа:</b> подведение итогов, соизмерение поставленных задач.	– организует работу с символом трека: в <a href="#">Чек-листе</a> появляется новая фраза «Мы придумали, как будем поддерживать свою команду на соревнованиях».	Заполняют Чек-лист.
<b>Результат этапа:</b> работа с символом трека.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
5	Эмоциональное завершение занятия.  <b>Задачи этапа:</b> - позитивное завершение дела; - закрепление на дальнейшее продолжение и участие.	– предлагает ребятам зарядить «батарейку». Для этого изображает руками уровень заряда. Как только заряд начинает падать – ребятам нужно быстро-быстро бежать на своём месте, а как только батарейка заряжена, ребята могут немного отдохнуть. Так повторяется несколько раз.	Участвуют в игре.
<b>Результат этапа:</b> положительный настрой на следующие занятия трека.			



## Занятие №6

### Спортивная игра «Книга рекордов»

**Цель:** помочь ребятам в организации мини-соревнований по придуманным ими новым видам спорта.

**Задачи:**

Личностные: содействовать формированию сопричастности к коллективу.

Метапредметные (развивающие):

- *коммуникативные:* создать условия для взаимодействия ребят в группах;
- *познавательные:* формировать умение оценивать свои организаторские качества;
- *регулятивные:* создать условия для формирования способностей придерживаться намеченному плану и анализу получившихся результатов.

Предметные (обучающие): создать условия для возможности организации и проведения соревнований.

**Форма организации детей:** фронтальная, групповая.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Оборудование и наглядные пособия:** [символ трека](#), предметы (которые группам нужны для проведения соревнований), колонка, микрофон, энергичные орлятские песни, торжественная музыка для награждения, песни о спорте, призы командам за соревнования («сладкие бусы»), дополнительный приз (в коробочке или мешочке).

#### Примерный план проведения занятия

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
1	<p>Этап организационно-мотивационный.</p> <p><b>Задача этапа:</b> создание психологического комфорта.</p>	<p>– организует растанцовку под орлятские песни (показывает на две восьмёрки простые активные движения, которые ребята повторяют зеркально. Если у ребят был ранее опыт участия в растанцовках, то движения они могут показывать сами).</p>	<p>Участвуют в растанцовке.</p>
<p><b>Результат этапа:</b></p> <p>эмоционально-положительный отклик от детей, настрой на проведение и участие в соревнованиях, готовность групп поддержки.</p>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся

2	<p>Этап целеполагания.</p> <p><b>Задача этапа:</b> содействие включенности коллектива класса в активное участие в занятии.</p>	<p>– помогает ребятам сформулировать цель на занятие: организовать соревнования по придуманным ими видам спорта и поддержать свою команду. Если есть возможность, педагог просит записать известного в их населённом пункте спортсмена видео-пожелание и показывает его ребятам перед организацией соревнований.</p>	<p>Ставят цель на занятие.</p>
<p><b>Результат этапа:</b> постановка общей цели на занятие.</p>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
3	<p>Этап организации совместной деятельности.</p> <p><b>Задачи этапа:</b> – формирование чувства команды; – организация соревнований по новым видам спорта.</p>	<p>– помогает каждой группе организовать свои мини-соревнования по придуманному виду спорта, таким образом, что все три группы делятся пополам: одна половина группы-организатора проводит соревнования, две другие половины групп участвуют в соревнованиях, в то время как вторые половинки каждой из трех групп находятся в зале в роли болельщиков. Затем, болельщики и участники меняются местами. После чего, роль ведущих переходит другой группе, которая в свою очередь устраивает соревнования уже по своему виду спорта. В помощь группам могут быть задействованы наставники-старшеклассники.</p>	<p>Организуют соревнования и участвуют в них.</p>
<p><b>Результаты этапа:</b> – организация соревнований; – участие в соревнованиях; – организация групп поддержки.</p>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся

4	<p>Этап рефлексии, обсуждение результатов.</p> <p><b>Задача этапа:</b> подведение итогов, соизмерение с поставленными задачами.</p>	<p>– организует награждение команд (здесь в роли награды можно с ребятами придумать интересный вид аплодисментов; или подготовить «сладкие бусы»: за победу команды награждаются бусами из конфет, за призовое место (призёры) награждаются бусами из сушек);</p> <p>– помогает ребятам заполнить <a href="#">Чек-лист</a> фразой «Мы стали болельщиками и участниками соревнований».</p>	<p>Участвуют в награждении.</p> <p>Заполняют Чек-лист.</p>
<p><b>Результаты этапа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– награждение команд;</li> <li>– работа с символом трека.</li> </ul>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
5	<p>Эмоциональное завершение занятия.</p> <p><b>Задачи этапа:</b> – позитивное завершение дела; – закрепление на дальнейшее продолжение и участие.</p>	<p>– предлагает ребятам сыграть в игру «Змейка» и получить дополнительные призы. Для этого каждая команда встаёт паровозиком друг за другом, положив руки на плечи соседу спереди. Все, кроме последнего закрывают глаза. Заранее группа договаривается, как будет последний человек подавать сигналы «вперёд», «назад», «вправо», «влево», «вверх», «вниз». Как группы договорились, все закрывают глаза, педагог на равном расстоянии от групп ставит коробочку или мешочек с дополнительным призом. На счёт «3» последние в группе открывают глаза и начинают подавать сигналы. Группа, которая первая смогла взять приз, побеждает. Остальные награждаются аплодисментами.</p>	<p>Участвуют в игре.</p>
<p><b>Результат этапа:</b> положительный настрой на следующие занятия трека.</p>			

## Занятие №7,8 «Встреча - подарок»

**Цель:** формирование представления об образе здорового и сильного человека на основе конкретного примера.

**Задачи:**

Личностные: содействовать пониманию важности и необходимости ведения здорового и активного образа жизни.

Метапредметные (развивающие):

- *коммуникативные:* формировать умение слушать и вступать в диалог со сверстниками и взрослыми;
- *познавательные:* содействовать формированию умения составлять вопросы издавать их, проводить интервьюирование;
- *регулятивные:* формировать умение соотносить теоретические знания о спортсменах с конкретным примером.

Предметные (обучающие): актуализировать информацию о том, кто такой «Орлёнок – Спортсмен» и какими качествами он должен обладать.

**Форма организации детей:** фронтальная, групповая.

**Место проведения:** учебный кабинет класса или спортивный зал.

**Основное направление деятельности на занятии:** предполагается проведение встречи с гостем, который ведёт здоровый образ жизни и увлекается определённым видом спорта. Это может быть кто-то из взрослых, а могут быть и ребята-сверстники, которые готовы поделиться секретами того, как быть сильным и здоровым. Сама встреча для ребят может пройти в форме мастер-класса, где гости научат ребят некоторым физическим упражнениям и покажут, как они готовят простую, вкусную и полезную еду.

Само занятие может быть объединено, а может пройти как две отдельных самостоятельных встречи. Если в населённом пункте есть музеи, посвящённые спорту или спортивные объекты, можно с ребятами побывать там.

## Занятие №9 «Азбука здоровья»

**Цель:** подведение итогов реализации трека «Орлёнок – Спортсмен».

**Задачи:**

Личностные: создать условия для осознания ребёнком себя «Орлёнком – Спортсменом».

Метапредметные (развивающие):

- *коммуникативные:* создать условия для взаимодействия ребят в группах;
- *познавательные:* формировать умение оценивать свою деятельность и делать

выводы;

- *регулятивные:* формировать умение сравнивать, анализировать, сопоставлять результаты деятельности в ходе реализации процесса.

Предметные (обучающие): создать условия для сравнения своих качеств с качествами «Орлёнка – Спортсмена».

**Форма организации детей:** фронтальная, групповая.

**Место проведения:** учебный кабинет класса + просторное помещение.

**Оборудование и наглядные пособия:** символ трека, любой лёгкий предмет (может быть мягкая игрушка), фломастеры, 2 ватмана, доска.

### Примерный план проведения занятия

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
1	Этап организационно-мотивационный.  <b>Задача этапа:</b> создание психологического комфорта.	– предлагает встать в круг и передать по кругу предмет таким образом, чтобы никто не повторялся, то есть каждый раз передавать предмет нужно новым способом.	Участвуют в игре.
<b>Результат этапа:</b> – эмоционально-положительный отклик от детей.			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
2	Этап целеполагания.  <b>Задача этапа:</b> содействие включенности коллектива класса в активное участие в занятие.	– помогает сформулировать цель на занятие: подвести итоги трека и ещё раз понять, кто такой «Орлёнок – Спортсмен».	Формулируют цель на занятие.
<b>Результат этапа:</b> постановка общей цели на занятие.			

№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
3	<p>Этап организации совместной деятельности.</p> <p><b>Задачи этапа:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование чувства команды;</li> <li>– подведение итогов трека.</li> </ul>	<p>– организует обсуждение заполненного ребятами <u>Чек-листа</u>, совместно с классом вспоминает, что у ребят было во время трека;</p> <p>– делит ребят на 2 смешанные команды (так, как ребята ещё не взаимодействовали) и проводит небольшую эстафету. Для этого на равном расстоянии от команд педагог закрепляет лист ватмана на доске или флипчарте. И просит ребят изобразить (нарисовать) образ «Орлёнка – Спортсмена». Каким он должен быть, чтобы постоянно оставаться здоровым, активным, энергичным, сильным и т.д. Педагог даёт время на обсуждение в группе. После чего объявляет старт, и ребята по очереди бегут к листу, рисуют элемент, возвращаются к команде и передают эстафету дальше;</p> <p>– как только образы готовы, педагог предлагает каждой группе представить то, что у них получилось. После представления педагог просит тех ребят, кто хочет всегда быть похожим на «Орлёнка – Спортсмена», оставить свои подписи на рисунке.</p>	<p>Вспоминают, что было в треке.</p> <p>Участвуют в эстафете по созданию образа «Орлёнка – Спортсмена».</p> <p>Презентуют получившиеся образы.</p>
<p><b>Результат этапа:</b></p> <p>подведение итогов трека.</p>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся



4	<p>Этап рефлексии, обсуждение результатов.</p> <p><b>Задача этапа:</b> подведение итогов занятия, соизмерение с поставленными задачами.</p>	<p>– предлагает каждому составить свой чек-лист, чтобы поддерживать себя в форме и всегда быть здоровым (может помочь сформулировать ежедневные пункты – правильно питаться, пить воду, делать зарядку, следить за своей личной гигиеной, быть в хорошем настроении, проветривать комнату, делать влажную уборку, много двигаться, гулять на свежем воздухе и т.д.).</p>	<p>Создают свой Чек-лист.</p>
<p><b>Результат этапа:</b> создание индивидуального Чек-листа.</p>			
№ п/п	Этапы занятия и его задачи	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
5	<p>Эмоциональное завершение занятия.</p> <p><b>Задачи этапа:</b> - позитивное завершение дела; - закрепление на дальнейшее продолжение и участие.</p>	<p>– организует совместное фотографирование рядом с плакатами и Чек-листами.</p>	<p>Участвуют в создании совместного фото.</p>
<p><b>Результат этапа:</b> положительный настрой на следующие треки.</p>			