

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат
[00C6964467BD03A381B70818019AF64D4E]
Владелец [Ермаков Олег Юрьевич]
Действителен с [27.03.2024] по [20.06.2025]

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Русскинская средняя общеобразовательная школа»**

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
Протокол №10
от “14.06.2024”

СОГЛАСОВАНО
Управляющим советом
Протокол №6
от “16.06.2024”

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы
Ермаков О.Ю.
Приказ №517 от
19.06.2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Спортивный клуб»

для обучающихся 1-4 классов

с.п.Русскинская 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб» для 1-4 классов составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, и программы воспитания.

Планируемые результаты включают личностные, метапредметные результаты за период обучения.

В тематическом планировании описывается программное содержание по выделенным содержательным линиям, раскрывается характеристика деятельности, методы и формы, которые целесообразно использовать при изучении той или иной темы.

Целями изучения курса являются: удовлетворение потребностей младших школьников в движении, стабилизирование эмоций, обучение владеть своим телом, развитие физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

На изучение данного курса отводится 33 ч. в 1-х классах, 34 часа во 2-4 классах.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА 1, 2 класс

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма — это возможность научить ученика автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры — это не только важное средство воспитания, значение их шире — это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу “Спортивный клуб” вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

1. Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убегать, 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.

Распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям — знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Обучающиеся 8- 10 лет, помимо движения, знакомятся с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

“Русские народные игры”

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

“Игры народов России”

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

“Подвижные игры”

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

“Эстафеты”

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА 3, 4 класс

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма — это возможность научить ученика автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры — это не только важное средство воспитания, значение их шире — это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу “Спортивный клуб” вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

1. Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убегать, 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.

Распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям — знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Обучающиеся 8- 10 лет, помимо движения, знакомятся с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

“Русские народные игры”

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

“Игры народов России”

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

“Подвижные игры”

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

“Эстафеты”

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Спортивный клуб»

1 класс

Личностными результатами кружка “Спортивный клуб” являются следующие умения: *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;

Метапредметными результатами кружка “Спортивный клуб” является формирование универсальных учебных действий (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 учителем 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,

сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

2 класс

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

3 класс

Личностными результатами кружка “Спортивный клуб” являются следующие умения: *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;

Метапредметными результатами кружка “Спортивный клуб” является формирование универсальных учебных действий (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 учителем 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, сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

4 класс:

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов	Виды деятельности	Воспитательный компонент содержания рабочей программы воспитания
1	Русские народные игры	10	игровая; познавательная; конкурсы; эстафеты, спортивные конкурсы	Позитивно воспринимать требования и просьбы педагога, соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими и сверстниками, принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Анализировать примеры ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, отраженные в дидактическом материале урока. Учиться командной работе и взаимодействию с другими обучающимися через организацию групповой работы или работы в парах.
2	Эстафеты	7		
3	Игры народов России	16		
Итого		33		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 класс

Тематическое планирование		Характеристика видов деятельности учащихся
<p>Знания о физической культуре Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание). Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими</p>	<p>в течение учебного года, в процессе уроков</p>	<p>Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Выявлять различие в основных способах передвижения человека. Пересказывать тексты по истории физической культуры. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Характеризовать показатели физического развития. Составлять индивидуальный режим дня. Оценивать своё состояние после закаливающих процедур. Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки. Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.</p>

<p>упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.</p>		<p>Моделировать комплексы упражнений с учётом их цели: на развитие силы, быстроты и выносливости. Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела. Измерять показатели развития физических качеств.</p>
<p>Подвижные игры с элементами легкой атлетики <u>Элементы лёгкоатлетических упражнений:</u> прыжки, бег, метание и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту. В результате обучения ученики должны познакомиться со многими играми: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка», «Пятнашки».</p>		<p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений, технику прыжковых упражнений, технику бросков мяча и метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. Описывать технику прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков мяча и метания малого мяча. Осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий, универсальные умения при выполнении организующих упражнений.</p>
<p>Подвижные игры с элементами гимнастики <u>Элементы гимнастических упражнений:</u> лазание, перелезание, равновесие, игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию. Игры: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», «Веревочка под ногами», «Запрещенное движение»</p>		<p>Осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий. Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!» Описывать технику беговых упражнений.</p>
<p>Подвижные игры с элементами спортивных игр <u>Элементы баскетбола:</u> ловля и передача мяча на месте и в движении, ведение мяча на месте, Игры на основе спортивных игр: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой», «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Школа мяча»</p>		<p>Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных и спортивных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.</p>

		Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
Подвижные игры с элементами народных игр Народные игры: «Бабки», «Пятнашки с мячом», «Платочек-летуночек», «Угадай, чей голосок», «Невод», «Увернись от мяча», «Сильный бросок».		Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
Спортивные соревнования «День здоровья», «Самый меткий», «Самый быстрый», «Зимние забавы», «Спортивный ринг», «Красота и грация», «Весёлые старты».	в течение учебного года	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении эстафет. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в эстафетах. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время эстафет.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов	Виды деятельности	Воспитательный компонент содержания рабочей программы воспитания
1	Русские народные игры	10	игровая; познавательная; конкурсы; эстафеты, спортивные конкурсы	Позитивно воспринимать требования и просьбы педагога, соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими и сверстниками, принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Анализировать примеры ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, отраженные в дидактическом материале урока. Учиться командной работе и взаимодействию с другими обучающимися через организацию групповой работы или работы в парах.
2	Эстафеты	7		
3	Игры народов России	17		

Итого	34		
-------	----	--	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов	Виды деятельности	Воспитательный компонент содержания рабочей программы воспитания
1	Русские народные игры	10	игровая; познавательная; конкурсы; эстафеты, спортивные конкурсы	Позитивно воспринимать требования и просьбы педагога, соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими и сверстниками, принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Анализировать примеры ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, отраженные в дидактическом материале урока. Учиться командной работе и взаимодействию с другими обучающимися через организацию групповой работы или работы в парах.
2	Эстафеты	7		
3	Игры народов России	17		
Итого		34		