

Ростовская область Константиновский район посёлок Стычновский  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Стычновская средняя общеобразовательная школа»

Приложение № 4 к Основной  
образовательной программе  
начального общего  
образования  
МБОУ «Стычновская СОШ»



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по дополнительному образованию**  
**«Юный спортсмен»**  
**на 2023-2024 учебный год**

Возраст обучающихся: 8 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Мосийчук И.Б.

п.Стычновский

2023-2024г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа по дополнительному образованию «Юный спортсмен» составлена на основании следующих нормативно – правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Минобрнауки России от 29 августа 2013 г. № 1008).
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41).
- Приказ Росстата от 13 сентября 2016 г. № 501 «Об утверждении статистического инструментария для организации федерального статистического наблюдения за дополнительным образованием и спортивной подготовкой детей».
- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».

Примерных программ внеурочной деятельности под редакцией Р.Г.Чуракова, Москва, Академкнига / учебник 2012г. для реализации в основной школе внеурочной и кружковой деятельности, спортивно-оздоровительной направленности.

Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий.

Программа кружка рассчитана на учащихся 1-4 классов. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие во внутришкольных соревнованиях.

Работа кружка предусматривает: содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

**Основное направление** – спортивно-оздоровительная направленность.

**Основные направления реализации программы:**

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности;
- организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: Русская лапта, футбол, пионербол, элементы волейбола, настольный теннис, бег, прыжки;
- организация и проведение динамических игр на свежем воздухе в любое время года;

- активное использование спортивных площадок (футбольная, волейбольная) в рамках работы программы.

**Новизна данной программы** определена федеральным государственным стандартом начального общего образования.

**Цель:** совершенствование всех функций организма, укрепление нервной, сердечно-сосудистой, дыхательных систем, опорно-двигательного аппарата. Повышение сопротивляемости организма человека неблагоприятным влияниям внешней среды.

**Задачи:**

1. Укрепление здоровья, закаливание организма, содействие правильному физическому развитию.
2. Обучение жизненно-важным двигательным навыкам и умениям.
3. Воспитание привычки к систематическим самостоятельным занятиям физической культурой и спортом и привитие необходимых гигиенических навыков и умений.

**Отличительными особенностями являются:**

- определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных результатов освоения учебного курса;
- в основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты;
- ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов;
- достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом.

**Возраст детей,** участвующих в реализации программы «Юный спортсмен» - 8-10 лет.

**Объём и сроки изучения** - программа курса общим объёмом 36 часов в год, 1 час в неделю- изучается в течение года: во время учебного и каникулярного времени.

#### **Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы**

- помещение (спортивный зал)
- футбольные мячи
- теннисные мячи
- бита
- волейбольные мячи
- волейбольная сетка
- стойки
- набивные мячи
- баскетбольные мячи
- баскетбольные щиты
- теннисные ракетки
- теннисные столы

- гимнастические обручи
- гимнастические скакалки
- гимнастические палки
- кегли
- гимнастические маты

Участие в школьных соревнованиях, спортивных мероприятиях различного уровня.

- журналы «Физическая культура в школе»
- сайты; Интернет- странички педагогов

### **Планируемые результаты освоения курса кружковой деятельности**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными** результатами программы кружковой деятельности является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### **Регулятивные УУД:**

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

### **Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

### **Коммуникативные УУД:**

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;

### **Формы и виды деятельности реализации дополнительной образовательной программы**

**Форма и режим занятий** – кружковая деятельность, определяет режим проведения, а именно занятия проводятся после всех уроков основного расписания.

**Форма занятий** – групповая.

### **Используются виды деятельности:**

- игровая;
- соревновательная;
- познавательная;
- спортивно – оздоровительная.

## Содержание курса кружковой деятельности

### Основные направления содержания деятельности:

- здоровьесберегающие технологии;
- духовно-нравственное развитие;
- технология развивающего обучения.

Основу учебного материала составляют игры, сходные по определённым признакам:

- По видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт народов, игры русских детей, вечная борьба добра против зла);
- По интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности);
- По содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные);
- По способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные);
- По физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости);
- По отношению к структуре занятия (для подготовительной, основной, заключительной частей занятий).

Игры разных народов - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народам и регионам. Игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками.

Игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. После тяжелого трудового дня взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать.

Характерная особенность народных игр - движения в содержании игры (бег, прыжки, метания, броски, передачи и ловля мяча, сопротивления и др.). Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры. Специальной физической подготовленности играющим не требуется, но хорошо физически развитые игроки получают определенное преимущество в ходе игры (так, в лапте хорошо ловящего мяч ставят в поле у линии кона, а хорошо бьющего выбирают капитаном и дают дополнительный удар по мячу).

Народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности. Таким образом, русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на

основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурном аспекте деятельности.

### Место учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа школьного кружка «Юный спортсмен» составлена в соответствии с количеством часов, указанных в базисном учебном плане образовательных учреждений общего образования. Планирование учебного материала распределено на 36 часов. Согласно Проекта Постановления Правительства Российской Федерации "О переносе выходных дней в 2024 году" (подготовлен Минтрудом России 19.06.2023г.) учитываются праздничные дни (01.05) учебный материал скорректирован и распределён на 35 часов.

### Тематическое планирование

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Подвижная игра футбол	5ч
2	Подвижная игра «Русская лапта»	4ч
3	Подвижная игра « Волейбол»	5ч
4	Настольный теннис	6ч
5	Подвижная игра «Баскетбол»	5ч
6	Игра «Пионербол»	3ч
7	Игры и Эстафеты	7ч
	<b>ИТОГО</b>	<b>35ч</b>

### Календарно - тематический план

№ п/п	Наименование раздела ,темы	Кол-во часов	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
<b>Подвижная игра « Футбол» 5ч.</b>				
1	Инструктаж по ТБ на занятиях. История развития футбола. Правила игры	1	6.09	
2	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1	13.09	
3	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	1	20.09	
4-5	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Техника игры вратаря.	2	27.09 4.10	
<b>Подвижная игра «Русская лапта» 4ч.</b>				
6	Инструктаж по технике безопасности на занятиях. История развития «Русской лапты» Правила игры	1	11.10	
7	Подачи и удары по мячу	1	18.10	
8	Ловля мяча с лёта	1	25.10	
9	Самоосаливание	1	1.11	
<b>Подвижная игра « Волейбол» 5ч</b>				
10-11	Инструктаж по технике безопасности на занятиях. История развития волейбола. Правила игры в волейбол. .	2	8.11 15.11	
12	Приём и передача мяча	1	22.11	
13-14	Подачи мяча	2	29.11 6.12	
<b>Настольный теннис 6ч</b>				
15	Инструктаж по технике безопасности на занятиях. История развития настольного тенниса. Правила игры	1	13.12	

16	Основы техники и тактики игры. Техника перемещений.	1	20.12	
17	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.	1	27.12	
18	Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.	1	17.01	
19-20	Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.	2	24.01 31.01	
<b>Подвижная игра «Баскетбол» 5ч</b>				
21	Инструктаж по технике безопасности на занятиях. История развития баскетбола. Правила игры в баскетбол.	1	7.02	
22	Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1	14.02	
23- 24	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	2	21.02 28.02	
25	Броски мяча двумя руками с места.	1	6.03	
<b>Игра «Пионербол» 3ч</b>				
26	Инструктаж по технике безопасности на занятиях. История развития пионербола.	1	13.03	
27-28	Пионербол	2	20.03 27.03	
<b>Игры и Эстафеты 8ч</b>				
29	Охотники и утки	1	3.04	
30	Встречная эстафета	1	10.04	
31	Соревнования	1	17.04	
32-33	Эстафеты с мячами	2	24.04 8.05	
34-35	Эстафеты с предметами	2	15.05 22.05	

## Список используемой литературы:

1. Уроки по Баскетболу. М., 2000
2. Баскетбол / Под ред. П.А.Чумакова. М., 1970
3. «Физическая культура» Ю.И. Евсеева Ростов - на – Дону «Феникс» 2003г.
4. «Сердце и физические упражнения» Н.М. Амосов, И.В. Муравов Москва 1985г.
5. «Книга о новой физкультуре (оздоровительные возможности физической культуры) Ростов - на – Дону 2001г.
6. Деманов А.В. Краткий курс лекций по предмету «Физическая культура» (методическое пособие). Астрахань 1999 г.
7. Массовая физическая культура. Под ред. В.А.Маслякова, В.С.Матяжова. Москва 1991 г.
8. Матвеев Л.П. , Новиков А.Д. Теория и методика физического воспитания. М.: Физкультура и спорт, 1976.
9. Коробков А. В., Головин В. А., Масляков В. А. Физическое воспитание. М.: Высш. школа, 1983
10. Коц Я. М. Спортивная физиология. М.: Физкультура и спорт, 1986
11. Рафин А. Я. Физическая культура. М., 2000
12. Колесников В. Ф. Физическое воспитание. Л., 1985
13. Улькин В. Н. Физическая подготовка. Минск, 1991

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания Методического  
Клуба МБОУ «Стычновская СОШ»  
от \_\_\_\_\_ №  
\_\_\_\_\_ С.Ю. Горбачёва

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР  
\_\_\_\_\_ С.Ю. Горбачёва