

Отдел образования исполнительного комитета
Нурлатского муниципального района РТ
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Старо-Челнинская средняя общеобразовательная школа»
Нурлатского муниципального района Республики Татарстан»

Принято на заседании
Педагогического совета
от « 29 » августа 2024 г.
Протокол № 1

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Старо-Челнинская СОШ»
И.Б.Галиуллин
Приказ № 120 от «01» сентября 2024 г.
документов



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа кружка
«Будущие олимпийцы»
Срок реализации: 1 год**

Автор – составитель: Живодерова Л.А.
педагог дополнительного образования

с. Старые Челны, 2024 год.

Пояснительная записка.

Целью данной программы является создание условий для оздоровления и физического развития подрастающего поколения, совершенствование необходимых физических качеств и связанных с ними способностей в единстве с воспитанием духовным и нравственных качеств. Обеспечить на этой основе подготовленность члена общества к плодотворной трудовой и другими видами деятельности.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПин, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
- Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников;
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ №220/11-13 от 20.02.1999);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.).

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.

Занятия в кружке спортивного направления направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы: создание условий для удовлетворения потребности ребенка двигательной активности через занятия

В процессе реализации программы предполагается решение следующих задач.

1. **Оздоровительные задачи :**

- пропаганда здорового образа жизни;
- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию;
- обеспечение оптимального для каждого возраста и пола гармоничного развития физических качеств;
- повышение сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- повышение общей работоспособности и привитие гигиенических навыков;
- вовлечение детей в систематические занятия физкультурой и спортом.

2. **Образовательные задачи:**

- формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков;
- формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения.
 - обучение детей младшего школьного возраста способам овладения различными элементами ;
 - повышение специальной, физической, тактической подготовки учащихся во время спортивных игр .

3. **Воспитательные задачи:**

- формирование и развитие подростковых общественностей и коллективов,

Совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности.

- гражданское и патриотическое воспитание учащихся;
 - воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных и т.д.), содействие развитию психических процессов;
- воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
- помощь учащимся в осуществлении ими самостоятельного планирования, организации, проведении и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности

Планируемые результаты.

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные:

- умение ставить и формулировать проблемы;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
 - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся условиях.

Содержание

Кружок “ Будущие олимпийцы ” входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности. В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В “ Подвижные игры ” вошли народные игры, распространенные в России. А также 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.

Форма организации занятий: кружок

Виды деятельности обучающихся: спортивно - оздоровительная

Тематическое планирование.

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	14
2	Эстафеты	12
3	Спортивные игры Подвижные игры	40
4	Спортивный праздник "ловкие, быстрые, смелые".	2
	Итого:	68

Форма подведения итогов: Спортивный праздник.

Календарно-тематическое планирование

2-3 классы

№	Название раздела и темы	Кол-во часов		Дата проведения		Аргументация изменений
		<i>теория</i>	<i>практика</i>	План	Факт	
Русские народные игры 14 часов						
1.	Правила поведения на спортивной площадке, в спортивном зале. Знакомство с историей русской игры: «Игры народов России».	1	1			
2.	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки». Правила игр.		2			
3.	Беседа : «Мир движений и здоровья». Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами» Игровые правила. Проведение игры.	1	1			
4.	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун». Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Беседа о гигиене.	1	1			
5.	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей». Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	1	1			
6.	Русская народная игра « Удар по веревочке». Правила игры . Проведение игры.		2			
7.	Русская народная игра «Лапта». Правила игры. Проведение игры.		2			
Эстафеты 12 час						
8	Эстафеты с мячами. Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо...»	1	1			
9	Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.		2			
10	Эстафеты с обручами.	1	1			

	Беседа: «Составление упражнений для утренней гимнастики».					
11	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа: «Я сильный, ловкий, быстрый».	1	1			
12	Эстафеты со скакалкой. Упражнения со скакалкой.		2			
13	Эстафеты с баскетбольным мячом.					
14	Эстафеты с набивными мячами. Беседа: «Что мы знаем о закаливании».	1	1			
Спортивные игры. Подвижные игры 40 часов						
15	Игры с прыжками: «Попрыгунчики-воробушки». «Прыжки по полоскам». Правила игры, проведение игры.		2			
16	Спортивный праздник. Игры. Эстафеты.		2			
17	Футбол. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.		2			
18	Футбол. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.		2			
19	Футбол. Проведение игры.		2			
20	Полоса препятствий. Беседа: «Что такое физическая культура?»	1	1			
21	Усложнённая полоса препятствий.		1			
22	Подвижная игра «Пионербол». Отработка игровых приёмов. Игра.		2			
23	Пионербол. Отработка игровых приёмов. Игра.		2			
24	Пионербол. Отработка игровых приёмов. Игра.		2			
25	Волейбол. Стойка волейболиста, перемещение, положение рук в волейболе. Волейбол как вид спорта.	1	2			
26	Волейбол. Стойка волейболиста, перемещение, положение рук в волейболе.		2			
27	Волейбол. Стойка волейболиста, перемещение, положение		2			

	рук в волейболе.					
28	Волейбол. Приём снизу двумя руками. Передача мяча сверху.		2			
29	Волейбол. Нижняя прямая подача.		2			
30	Волейбол. Нижняя прямая подача.		2			
31	Пионербол с элементами волейбола.		2			
32	Спортивный праздник "ловкие, быстрые, смелые".		2			
33	Баскетбол. Передача мяча. Ведение мяча. Игра «Не дай мяч водящему».		2			
34	Баскетбол. Ведение мяча. Игра «Борьба за мяч».		2			
	Всего:		68 ч			

Учебно-методическое обеспечение рабочей программы

- Подвижные игры и физкультминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
- Есипова Наталья Николаевна. Русские народные игры [электронный ресурс] / Н.Н. Есипова. Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2013/01/19/russkie-narodnye-igry>
- Программа по физической культуре для 1-4 классов (автор В.И. Лях), Москва «Просвещение», 2015