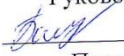


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Алтайского края  
Комитет по образованию г. Барнаула  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 56»  
Октябрьского района г. Барнаула

РАССМОТРЕНО  
методическим объединением  
классных руководителей  
Руководитель МО  
 (Бауэр Я.Н.).  
Протокол № 3  
От « 25 » 08 2023 г.

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
Протокол № 13  
от « 25 » 08 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного курса  
внеурочной деятельности  
Кружка  
«Юный чемпион»  
уровень начального общего образования  
срок освоения: 1 год (26 класс)

Составитель: Бауэр Яна Николаевна,  
учитель начальных классов

Барнаул, 2023

### **Пояснительная записка.**

-Рабочая программа по внеурочной деятельности для младших школьников разработана на основании основных **нормативных документов**:

- Закон РФ «Об образовании»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарт начального общего образования" от 31.05.2021 N 286";

- Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в ОУ 2.4.3648-20 № 28 от 28.09. 2020 г.

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2013 г.).

Программа «Юный чемпион» имеет **физкультурно-оздоровительную направленность**. Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младших школьников.

**Занятия проводятся** на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

### **Цели программы:**

- Здоровьесбережение младших школьников;
- Развитие ловкости, быстроты, силы;
- Освоение культурного наследия русского народа.

### **Задачи:**

#### Образовательные:

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству.
- Расширение кругозора младших школьников.

#### Развивающие:

- Развитие познавательного интереса к русским народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

#### Воспитательные:

- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

**Возраст** детей, участвующих в реализации данной образовательной программы, учащиеся 1-4 классов (7 – 11 лет).

**Сроки реализации** образовательной программы – 3 года обучения

- во 2 - 4 классах – 34 учебных часов год.

**Формы и режим занятий.** Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- смена личностных интересов и запросов учащихся.

Ведущей формой организации обучения является **групповая**.

**Продолжительность занятий:**

2- 4 год обучения – 1 раза в неделю по 1 часу (академическому)

**Ожидаемый результат реализации программы «Подвижные игры»:**

**2 класс:**

- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.

**3 класс:**

- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.

**4 класс:**

- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;
- Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей, сохранение зачётной системы оценивания знаний, проведение конкурсов, соревнований).

**Личностные результаты**

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие; умение выражать свои эмоции; понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

**Метапредметными результатами** 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:**

умение оформлять свои мысли в устной форме

слушать и понимать речь других;

договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;

учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

**Способы проверки знаний и умений:**

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
- открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

### **Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:**

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- фестиваль игр;
- праздник «Игромания»;
- спортивный праздник «А, ну - ка, парни»;
- "Вятская лыжня";
- «День здоровья».

### **Структура курса для 2 - 4 классов (тематический план)**

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов		Количество часов	
			Теория	Практика	Аудиторных	Неаудиторных
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры, спортивные часы).	4	0,30	7.30	0,30	7.30
2.	Игры с мячом.	7	0,20	13	14	-
3.	Игра с прыжками (скакалки).	4	0,30	7.30	0.30	7.30
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	3	0,30	5.30	0,30	5.30
5.	Народные игры	6	0,30	7.30	0,30	11.30
6.	Зимние забавы.	5	0,20	9.30	0,20	9.30
7.	Эстафеты.	5	1.00	9.00	0,30	9.30
	ИТОГО:	34	3.10	64.5	3.10	64.4

## Содержание программы

### 2-й год обучения

#### I. Игры с бегом ( 4 часов)

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи». Игра "Лиса и куры".
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». "Веселые ракеты".
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место». Игра «Невод».
- Упражнения с предметами. Игра «Колесо»  
«Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики». Игра «Челнок». Игра «Карусель».

#### II. Игры с мячом (7 часов)

*Теория.* Правила безопасного поведения при играх мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи», "Перестрелка".
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч». Игра "Гусеница".
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». Игра "Перестрелка".
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча  
Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». Игра "Мяч по полу".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".
- Комплекс ОРУ в движении. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Гонка мячей".
- Комплекс ОРУ в круге. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "

#### III. Игры с прыжками (4 часов)

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

#### IV. Игры малой подвижности (3 часов)

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». Игра «На новое место».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». Игра "Лабиринт".
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». Игра «Что изменилось?».

## **V. Народные игры (6 часов)**

*Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

## **VI. Зимние забавы (5 часов)**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

*Практические занятия:*

- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных».
- Игра "Слаломисты".
- Игра "Воротца".

## **VII. Эстафеты (5 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки.

*Практические занятия:*

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

Тематическое планирование составлено концентрически.

**Тематическое планирование**

<b>№</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Форма проведения занятия</b>	<b>ЦОР/ЭОР</b>
1.	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега. Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи». Игра "Лиса и куры".	1	Беседа Игра   Игра наблюдение	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_vidеоuroki.htm  apkpro.ru/razgovory-o-vazhnom/Спортивный зал
2.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». " Веселые ракеты".	1	Игра наблюдение	
3.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место». Игра «Невод».	1	Народные игры	
4.	Упражнения с предметами. Игра «Колесо» «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики». Игра «Челнок». Игра «Карусель».	1	Народные игры	
5.	Правила безопасного поведения при с играх мячом. Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи», "Перестрелка".	1	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_vidеоuroki.htm  apkpro.ru/razgovory-o-vazhnom/
6.	Развитие глазомера и	1	Народные игры	

	чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч». Игра "Гусеница".			
7.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». Игра "Перестрелка".	1	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	
8.	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». Игра "Мяч по полу".		Игры с мячом.	
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".	1	Народные игры	<a href="http://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_vid_eouroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_vid_eouroki.htm</a>  <a href="http://apkpro.ru/razgovory-o-vazhnom/">apkpro.ru/razgovory-o-vazhnom/</a>
10.	Комплекс ОРУ в движении. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Гонка мячей".	1	Игры с мячом.	
11.	Комплекс ОРУ в круге. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Молекулы".	1	Игры с мячом.	
12.	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге».	1	Народные игры	



	Игра «Воробушки».			
13.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	1	Игра с прыжками (скакалки).	
14.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».	1	Игры с мячом.	
15.	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»	1	Игра с прыжками (скакалки).	<a href="http://school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_vidеоuroki.htm">school-collection.edu.ru/collection/edsoo.ru/Metodicheskie_vidеоuroki.htm</a>  <a href="http://apkpro.ru/razgovory-o-vazhnom/">apkpro.ru/razgovory-o-vazhnom/</a>
16.	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». Игра «На новое место».	1	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	
17.	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». Игра "Лабиринт".	1	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	
18.	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». Игра «Что изменилось?».	1	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	
19.	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	1	Народные игры	
20.	Разучивание народных	1	Народные игры	school-

	игр. Игра «Бегунок»			collection.edu.ru/collection/
21.	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	1	Народные игры	edsoo.ru/Metodicheskie_vid eouroki.htm
22.	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	1	Народные игры	apkpro.ru/razgovory-o- vazhnom/
23.	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	1	Народные игры	
24.	Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	1	Народные игры	
25.	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности. Игра «Санные поезда».	1	Зимние забавы.	
26.	Игра «На одной лыже».	1	Зимние забавы.	school- collection.edu.ru/collection/  edsoo.ru/Metodicheskie_vid eouroki.htm  apkpro.ru/razgovory-o- vazhnom/
27.	Игра «Езда на перекладных».	1	Зимние забавы.	
28.	Игра "Слаломисты".	1	Игра наблюдение	
29.	Игра "Воротца".	1	Игра наблюдение	
30.	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки. Веселые старты.	1	Эстафеты	
31.	Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	1	Эстафеты	
32.	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1	Эстафеты	
33.	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1	Эстафеты	school- collection.edu.ru/collection/  edsoo.ru/Metodicheskie_vid eouroki.htm
34.	Эстафеты «Стрекозы», «На новое месте	1	Эстафеты	apkpro.ru/razgovory-o- vazhnom/

### Лист корректировки

Дата внесения изменений	Характеристика изменений	Причина изменений	Реквизиты документа, которым закреплено изменение	Подпись учителя, внёсшего изменения