

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ И НАУКИ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
Администрация г.о. Нальчик
МКОУ «Прогимназия №66/1» г.о. Нальчик

РАСМОТРЕННО

на заседании МО
учителей начальных классов
руководитель МО
Махотлова А.И. Махотлова
Протокол №1 от 28.08.2023г.

СОГЛАСОВАННО

Зам. директора по УВР
Шкежева М.Х. Шкежева
Протокол №1 от 29.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МКОУ
Сарахова «Прогимназия №66/1»
З.А. Сарахова
Приказ №45 от 30.08.2023г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Школьный спортивный клуб «Синдика»»

для 1 – 4 классов

на 2023 – 2024 учебный год.

г. Нальчик
2023г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным Законом от 29 декабря 2012г. №273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Конвенцией о правах ребёнка;
 - Приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009г. №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», зарегистрировано в Минюсте РФ 22 декабря 2009г. №15785;
 - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 26 ноября 2010г. №1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373»;
 - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 сентября 2011г. №2357 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373»;
 - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 декабря 2012г. №1060 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. № 373»;
 - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 декабря 2014г. №1643 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
 - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 мая 2015г. №507 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373»;
 - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015г. №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373» (Зарегистрировано в Минюсте России 02.02.2016г. №40936);
 - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;
 - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 сентября 2022 года №858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников (с изменениями на 21 июля 2023 года);
 - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 16 ноября 2022г. №992 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования»;
 - Концепцией УМК «Школа России»;
 - Авторской программы В.И. Лях «Физическая культура» 1 – 4 классы – М. Просвещение, 2016. Она направлена на достижение определённых целей и решение основных задач в школе.
- Целью** школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.
- Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных **задач**:
- укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому,

нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления
- предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Курс «Школьный Спортивный клуб» изучается: 1 класс – 32 часа, 1 час в неделю, 32 учебных недели; 2 класс – 33 часа, 1 час в неделю, 33 учебных недели; 3 класс – 33 часа, 1 час в неделю, 33 учебных недели; 4 класс – 33 часа, 1 час в неделю, 33 учебных недели. Курс введён как дополнительный третий час изучения учебного предмета «Физическая культура».

С целью совершенствования физического воспитания учащихся общеобразовательных организаций, имеющих проблемы в состоянии здоровья, их приобщения к регулярным занятиям физической культурой с учетом физиологических особенностей их развития, рекомендуется осуществлять дифференцированный подход к учету достижений, учащихся на уроках физической культуры (письмо Минобрнауки России от 31.10.2003г. №13-51-263/123)

При проведении занятий использовать методические рекомендации Министерства образования и науки РФ № МД-583/19 ОТ 30.05.2012г.

При оценивании по физической культуре учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе «А», рекомендуется сделать акцент на стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. Положительная оценка по физической культуре может быть выставлена как при наличии самых незначительных положительных изменений в физических возможностях, так и при наличии факта регулярного посещения занятий по физической культуре, проявленной старательности при выполнении упражнений.

Итоговая оценка по физической культуре обучающимся в специальной медицинской группе «А» выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность), динамики функционального состояния и физической подготовки, а также прилежания.

Обучающиеся специальной медицинской группы «Б» на основании представленной справки установленного образца, выданной медицинским учреждением, оцениваются в образовательном учреждении по разделам: «Основы теоретических знаний» в виде устного опроса или написания рефератов, «Практические умения и навыки» в виде демонстрации комплексов ЛФК, освоенных согласно своему заболеванию. Учащимся, освобожденным от уроков физической культуры, дается индивидуальное задание по теоретической части изучаемого курса, за которые впоследствии выставляются текущие и итоговые оценки.

Планируемые результаты.

Личностными результатами школьного спортивного клуба «Синдика» 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 школьного спортивного клуба «Синдика» 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.

Ожидаемый результат:

- у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;

- сформировано начальное представление о культуре движения;

- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;

- умение работать в коллективе.

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Содержание учебного курса

Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре

родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем школьникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью, с свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося 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 школьного спортивного клуба «Синдика» 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.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6 – 7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8 – 11 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь 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.

Формы занятий: занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Содержание программы.

1 класс (32 часа)

1. Игры на взаимодействие между учащимися (12 часов)
2. Игры на развитие двигательных качеств (20 часов)

2 класс (33 часа)

1. Игры с элементами легкой атлетики (11 часов)
2. Игры с элементами баскетбола (11 часов)
3. Подвижные игры (11 часов)

3 класс (33 часа)

1. Игры с элементами легкой атлетики (11 часов)
2. Игры с элементами пионербола (11 часов)
3. Подвижные игры (11 часов)

4 класс (33 часа)

1. Игры с элементами легкой атлетики (11 часов)
2. Игры с элементами пионербола (11 часов)
3. Подвижные игры с элементами спортивных игр (11 часов)

Тематическое планирование 1 класс.

№ п/п	Тема	Количество часов
Игры на взаимодействие между учащимися (12 часов)		
1.	Игра «Кто идёт».	1
2.	Игра «Караси и щука».	1
3.	Игра «Ловишка».	1
4.	Игра «Гуси- лебеди».	1
5.	Соревнование скороходов.	1
6.	Игра «Кто быстрее?»	1
7.	Игра «Кот проснулся».	1
8.	Игры по выбору учащихся.	1
9.	Эстафета с мячами.	1
10.	Игра «Пчёлки».	1
11.	Игра «Угадай, кто».	1
12.	Игры по выбору учащихся.	1
Игры на развитие двигательных качеств (20 часов)		
1.	Игра «Журавли – журавли» - народная игра КБР.	1
2.	Игры по выбору учащихся.	1
3.	Игра «Стой!»	1
4.	Игра «Красная шапочка».	1
5.	Игра «Совушка».	1
6.	Игры «Стань правильно».	1
7.	Игры по выбору учащихся.	1
8.	Эстафета со скакалками.	1
9.	Игра «Карлики и великаны».	1
10.	Игра «Под буркой» - народная КБР.	1
11.	Игра «Вышибалы».	1
12.	Игра «Воробьи и вороны».	1
13.	Игра «Салки».	1
14.	Игра «Подними платок» - народная КБР.	1
15.	Игра «Фигуры».	1
16.	Эстафета «Кенгуру».	1
17.	Игра «Запрещенное движение».	1
18.	Игра «Мишки и шишки».	1
19.	Игра «Два медведя».	1
20.	Игры «Быстро по местам». Повторение изученных игр.	1

Тематическое планирование 2 класс.

№ п/п	Тема	Количество часов
Игры с элементами легкой атлетики (11 часов)		
1.	Игра «Колдунчики».	1
2.	Игра «Чай-чай выручай».	1
3.	Игра «День и ночь».	1
4.	Игра «Через ручеёк».	1
5.	Игра «Гонка мячей по кругу».	1
6.	Прыжки в длину места толчком двумя.	1
7.	Игра «Мяч в кругу».	1
8.	Игра «Кто выше?»	1
9.	Игра с обучением прыжкам в высоту «Достань мячик».	1
10.	Игра «Стая».	1
11.	Игра «Летучие рыбки».	1
Игры с элементами баскетбола (11 часов)		
1.	Игра «Веселые ладошки».	1
2.	Игра «Пчёлы и медвежата».	1
3.	Игра «Повелитель лунки» - народная КБР.	1
4.	Эстафета с мячами.	1
5.	Игра «Быстрая передача».	1
6.	Игра «Гонка мячей по шерингам».	1
7.	Игра «Веселый сапожок».	1
8.	Игра «Баскетбольные салочки».	1
9.	Игра «Наседка и ястребы».	1
10.	Игра «Акулы и рыбешки».	1
11.	Игра «Передай-лови».	1
Подвижные игры (11 часов)		
1.	Игра «Класс, смирно!»	1
2.	Эстафеты с мячами.	1
3.	Игра «Воробушки».	1
4.	Игра «Филин и пташка».	1
5.	Игра «Картошка».	1
6.	Игра «Под буркой» - народная КБР.	1
7.	Игра «Охотники и утки».	1
8.	Игра «Заколдованные».	1
9.	Игра «Не давай мяч водящему».	1
10.	Игра «Подними платок» - народная КБР.	1
11.	Игра «Передачи в круге». Повторение изученных игр.	1

Тематическое планирование 3 класс.

№ п/п	Тема	Количество часов
Игры с элементами легкой атлетики (11 часов)		
1.	Игра «Метатели».	1
2.	Игра «Пустое место».	1
3.	Игра «У ребят порядок строгий».	1
4.	Игра «К своим флажкам».	1
5.	Игра «Прыгающие воробушки».	1
6.	Игра «День и ночь».	1
7.	Игра «Прыжки по полосам».	1
8.	Игра «Играй, играй, мяч не теряй».	1
9.	Прыжки в длину и высоту с прямого разбега.	1
10.	Игры на развитие скорости «Верхом на клюшке».	1
11.	Повторение изученных игр.	1
Игры с пионербола (11 часов)		
1.	Игра «Стой».	1
2.	Игра «Мяч капитану».	1
3.	Игра «Школа мяча».	1
4.	Игра «Зайцы в огороде».	1
5.	Игра «25 передач».	1
6.	Игра «Гонка мяча по кругу».	1
7.	Игра «Перевозка груза».	1
8.	Игра «Защита укрепления».	1
9.	Игра «Больше передач».	1
10.	Игра «Своему ловцу».	1
11.	Повторение изученных игр.	1
Подвижные игры (11 часов)		
1.	Игра «Выбей мяч».	1
2.	Игры с прыжками и бегом «Прыгуны и пятнашки».	1
3.	Игра «Акулы и рыбешки».	1
4.	Игра «Волчок» - кабардинская народная игра.	1
5.	Игра «Веселые пингвинята».	1
6.	Игра «Картошка».	1
7.	Игра «Стать друг за другом» - народная КБР.	1
8.	Игра «Салки».	1
9.	Игры по выбору учащихся.	1
10.	Игра «Передал-садись!», «Веселые старты».	1
11.	«Мини-футбол». Повторение изученных игр.	1

Тематическое планирование 4 класс.

№ п/п	Тема	Количество часов
Игры с элементами легкой атлетики (11 часов)		
1.	Игра «Метатели».	1
2.	Встречная эстафета. «Волк и ягненок».	1
3.	Игра «Смена номеров».	1
4.	Игровые упражнения с малыми мячами.	1
5.	Игра «Рыбная ловля».	1
6.	Игра «Зима-лето».	1
7.	Игра «Волк во рву».	1
8.	Эстафета с мячами.	1
9.	Игра «Космонавты».	1
10.	Повторение изученных игр.	1
11.	Встречная эстафета. «Волк и ягненок».	1
Игры с пионерболом (11 часов)		
1.	Игра «Защита укрепления».	1
2.	Передачи в круге.	1
3.	Игра «Снежинки».	1
4.	Игра «Ракета и в яблочко».	1
5.	«Эстафета с волейбольным мячом».	1
6.	Игра «Вышибалы».	1
7.	Игра «Охотники и лисицы».	1
8.	Игры по выбору учащихся.	1
9.	Игра «Борьба за мяч».	1
10.	Игра «Перестрелка».	1
11.	Повторение изученных игр.	1
Подвижные игры (11 часов)		
1.	Игра «Снайперы».	1
2.	Игра «Умники и умницы».	1
3.	Эстафета с мячами.	1
4.	Игра «Волчок» - народная КБР.	1
5.	Игра «Кто точнее?»	1
6.	Игра «Картошка».	1
7.	Игра «Мяч соседу».	1
8.	Эстафета с мячом. Бег по линиям.	1
9.	Игра «Акулы и рыбешки».	1
10.	Игра «Стать друг за другом» - народная КБР.	1
11.	«Мини-футбол». Повторение изученных игр.	1