

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Новгородской области**  
**ГООУ "Гимназия №3"**

Согласовано  
Методический совет  
Протокол № 1  
От 28.08.2023

Утверждено  
Педагогическим советом  
Протокол № 361  
от 30.08.2023

**Рабочая программа по внеурочной деятельности**  
**Клуб «Чемпион»**  
**1-4 класс**

2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. В числе основных направлений выделено спортивно-оздоровительное.

Внеурочная деятельность включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объеме, установленном государственными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Программа создавалась с учетом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

### **Цель и задачи курса**

#### **Цель:**

Формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья.

#### **Задачи:**

- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- формирование знаний о влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений о виде спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение укрепления здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.
- 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.
- Предметом обучения является двигательная активность с общеразвивающей направленностью. В процессе деятельности укрепляется здоровье, совершенствование физических качеств, осваивание двигательных действий.

**Организация деятельности на занятиях основывается на следующих принципах, подходов:**

- демократизации
- гуманизации
- деятельностный подход

#### **Формы занятий:**

- Игровая
- Познавательная
- Обучающая

Курс рассчитан на 4 года. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 30 минут. Курс изучения рассчитан на учащихся 1–4-х классов.

### **Планируемые результаты**

#### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

##### ***Обучающиеся должны знать:***

Правила игры в подвижные и спортивные игры; технику безопасности во время проведения игр; название игр и содержание.

##### ***Обучающиеся должны уметь:***

Правильно выполнять основные движения в играх; самостоятельно организовывать и проводить подвижные и спортивные игры; взаимодействовать со сверстниками в процессе игровой деятельности; соблюдать правило безопасности.

##### **Личностные результаты:**

- развитие мотивации
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
- понимание и сопереживание чувствам других учащихся
- развитие навыков сотрудничества
- формирование здорового образа жизни

##### **Метапредметные результаты**

###### **Регулятивные**

- способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия;
- определение общей цели и путей её достижения;

###### **Коммуникативные**

- готовность разрешать конфликты;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в соответственной деятельности

###### **Познавательные**

- выбор и объяснение правил игры
- осуществление контроля

#### **Форма контроля:**

**Участие в итоговом спортивном мероприятии (протокол соревнований, за участие выдается грамота).**

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **1 КЛАСС**

Спортивный праздник, посвященный началу учебного года. Спортивный час «Добро пожаловать осень». Путешествие в страну Здоровичей – День здоровья. Путешествие в королевство «Будь здоров». Тропа здоровья. Оранжевый мяч. Школа мяча.

«Неразлучные друзья». Путешествие в страну дорожных знаков. «По дороге сказок». Блицтурнир мяч через сетку. «Мой весёлый звонкий мяч». Полоса препятствий. Праздник «Встречаем Новый год». Спортивный праздник «Русская зима». Новогодние забавы. «Кем быть?»- спортивная программа. Спортивный праздник «В гостях у сказки». «Турнир мастеров мяча». «Вперед мальчишки!». Соревнования по дартсу. Спортивный час. Игра по станциям. «Весенние ласточки». Весёлые старты. Экологические эстафеты. День здоровья

«Я выбираю жизнь». Самый спортивный класс. Игра «Азимут». Игра «Зарница». Игра «Городки». Шиповка «Юных».

Спортивный праздник «Здравствуй лето».

**Помощь в организации и проведении физкультурно-спортивного мероприятия.**

2 КЛАСС

Спортивный праздник посвященный началу учебного года. Туристический праздник «Золотая осень». День здоровья. Спортивный праздник «Мы вместе, мы дружим со спортом». «Пять передач». Оранжевый мяч. Школа мяча. Эстафеты с элементами спортивных игр «Спортивный мяч». Круговая тренировка. На празднике – веселого мяча. «Кто быстрее перебросит мяч». «Квадрат». Блицтурнир «Мяч через сетку». Весёлые тройки. «Провожаем старый, встречаем Новый год». «Зимние старты». Новогодние забавы. «Зимние аттракционы». Тропа Здоровья. Игры с прыжками. Физкультурный спортивный праздник, посвященный Дню защитника Отечества. Соревнования по дартсу. Спортивный праздник «Мы спортсмены». Игра по станциям. «А ну-ка девочки». Спортивно – игровая программа «Физкульт привет». Весёлые старты. Игра «Зарница». День здоровья «Мы за здоровый образ жизни». «Самый спортивный». Игра «Азимут». Игра «Городки». Шиповка Юных. «Весёлые старты – здравствуй лето».

**Помощь в организации и проведении физкультурно-спортивного мероприятия.**

3 – 4 КЛАСС

Спортивный праздник, посвященный началу учебного года. «У кого меньше мячей». День Здоровья. Подвижные игры и игровые упражнения, используемые при обучении баскетболу. «Пять передач». «Мяч капитану». Мини-баскетбол. Праздник баскетбола. Спортивный праздник «Смелый, сильный, ловкий». Круговая тренировка. Спортивный праздник «Мой друг – мяч». Оранжевый мяч. Блицтурнир мяч через сетку. Школа мяча. Праздник на пороге «Новый год». «Зимние старты». Новогодние забавы. «Квадрат». Турнир мастеров мяча. Ко Дню Защитника Отечества. Соревнование по дартсу. «Выше, дальше и быстрее». Ко Дню 8 Марта. Спортивный марафон. Весёлые старты. Игра «Зарница». Тропа здоровья. День здоровья «Мы за здоровый образ жизни». Самый спортивный класс. Игра «Азимут». Игра по станциям. «Русская лапта». Шиповка «Юных». Весёлые старты – здравствуй лето.

**Помощь в организации и проведении физкультурно-спортивного мероприятия.**

### Тематическое планирование спортивно-оздоровительного клуба «Чемпион»

1 класс

Сроки проведения.		Мероприятия.	Количество часов
сентябрь	1 неделя	Спортивный праздник, посвященный началу учебного года.	1
	2неделя	Спортивный час «Добро пожаловать осень».	1
	3 неделя	Путешествие в страну Здоровичей – День здоровья.	1
	4 неделя	Путешествие в королевство «Будь здоров».	1
октябрь	1 неделя	Тропа здоровья.	1
	2неделя	Оранжевый мяч.	1
	3 неделя	Школа мяча.	1
	4 неделя	«Неразлучные друзья».	1
ноябрь	1 неделя	Путешествие в страну дорожных знаков.	1
	2неделя	«По дороге сказок».	1
	3 неделя	Блицтурнир мяч через сетку.	1
декабрь	1 неделя	«Мой весёлый звонкий мяч».	1

	2 неделя	Полоса препятствий.	1
	3 неделя	Праздник «Встречаем Новый год».	1
	4 неделя	С\п «Русская зима».	1
	5 неделя	Новогодние забавы.	1
январь	1 неделя	«Кем быть?»- спортивная программа.	1
	2неделя	С\п «В гостях у сказки».	1
	3 неделя	«Турнир мастеров мяча».	1
февраль	1 неделя	Вперед мальчишки!	1
	2 неделя	Соревнования по дартсу.	1
	3 неделя	Спортивный час.	1
март	1 неделя	Игра по станциям.	1
	2 неделя	«Весенние ласточки».	1
	3 неделя	Весёлые старты.	1
апрель	1 неделя	Экологические эстафеты.	1
	2 неделя	День здоровья «Я выбираю жизнь».	1
	3 неделя	Самый спортивный класс.	1
	4 неделя	Игра «Азимут».	1
май	1 неделя	Игра «Зарница».	1
	2 неделя	Игра «Городки».	1
	3 неделя	Шиповка «Юных».	1
	4 неделя	Спортивный праздник «Здравствуй лето».	1
Итого:			33 часа

## 2 класс

Сроки проведения.		Мероприятия.	Количество часов
сентябрь	1 неделя	Спортивный праздник посвященный началу учебного года.	1
	2 неделя	Туристический праздник «Золотая осень».	1
	3 неделя	День здоровья.	1
	4 неделя	С/п «Мы вместе, мы дружим со спортом».	1
октябрь	1 неделя	«Пять передач»	1
	2 неделя	Оранжевый мяч.	1
	3 неделя	Школа мяча.	1
	4 неделя	Эстафеты с элементами с/и «Спортивный мяч»	1
ноябрь	1 неделя	Круговая тренировка.	1
	2 неделя	На празднике – веселого мяча.	1
	3 неделя	«Кто быстрее перебросит мяч»	1
декабрь	1 неделя	«Квадрат»	1
	2 неделя	Блицтурнир «Мяч через сетку».	1
	3 неделя	Весёлые тройки.	1
	4 неделя	«Провожаем старый, встречаем Новый год».	1
	5 неделя	«Зимние старты»	1
январь	1 неделя	Новогодние забавы.	1
	2 неделя	«Зимние аттракционы»	1
	3 неделя	Тропа Здоровья.	1
февраль	1 неделя	Игры с прыжками	1
	2 неделя	Ф/с праздник, посвященный Дню защитника Отечества.	1

	3 неделя	Соревнования по дартсу.	1
	4 неделя	С/п «Мы спортсмены».	1
март	1 неделя	Игра по станциям.	1
	2 неделя	«А ну-ка девочки»	1
	3 неделя	Спортивно – игровая программа «Физкульт привет».	1
апрель	1 неделя	Весёлые старты.	1
	2 неделя	Игра «Зарница».	1
	3 неделя	День здоровья «Мы за здоровый образ жизни».	1
	4 неделя	«Самый спортивный».	1
май	1 неделя	Игра «Азимут»	1
	2 неделя	Игра «Городки»	1
	3 неделя	Шиповка Юных	1
	4 неделя	«Весёлые старты – здравствуй лето».	1
Итого:			34 часа

### 3-4 класс

Сроки проведения.		Мероприятия.	Количество часов
сентябрь	1 неделя	Спортивный праздник, посвященный началу учебного года	1
	2 неделя	«У кого меньше мячей».	1
	3 неделя	День Здоровья.	1
	4 неделя	Подвижные игры и игровые упражнения, используемые при обучении баскетболу.	1
октябрь	1 неделя	«Пять передач».	1
	2 неделя	«Мяч капитану».	1
	3 неделя	Мини-баскетбол.	1
	4 неделя	Праздник баскетбола.	1
ноябрь	1 неделя	С\п «Смелый ,сильный, ловкий».	1
	2 неделя	Круговая тренировка.	1
	3 неделя	Спортивный праздник «Мой друг – мяч».	1
декабрь	1 неделя	Оранжевый мяч.	1
	2 неделя	Блицтурнир мяч через сетку.	1
	3 неделя	Школа мяча.	1
	4 неделя	Праздник на пороге «Новый год».	1
	5 неделя	«Зимние старты».	1
январь	1 неделя	Новогодние забавы.	1
	2 неделя	«Квадрат»	1
	3 неделя	Турнир мастеров мяча.	1
февраль	1 неделя	Ко Дню Защитника Отечества.	1
	2 неделя	Соревнование по дартсу.	1
	3 неделя	«Выше, дальше и быстрее».	1
	4 неделя	Ко Дню 8 Марта.	1
март	1 неделя	Спортивный марафон.	1
	2 неделя	Весёлые старты.	1
	3 неделя	Игра «Зарница».	1
апрель	1 неделя	Тропа здоровья.	1
	2 неделя	День здоровья «Мы за здоровый образ жизни».	1
	3 неделя	Самый спортивный класс.	1
	4 неделя	Игра «Азимут».	1

май	1 неделя	Игра по станциям.	1
	2 неделя	«Русская лапта».	1
	3 неделя	Шиповка «Юных».	1
	4 неделя	Весёлые старты – здравствуй лето.	1
Итого:			34 часа