государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа пос.Октябрьский городского округа Похвистнево
Самарской области

Рассмотрена и принята **Утверждена**

На педагогическом совете школы приказом директора школы
Протокол № 1 от 29.08.2022г. № 66 – од от « 30 » августа 2022 г.
Директор _____/ Пахомова Т.А. /
(подпись) (ФИО)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Спортивный клуб «Старт»

на 2022– 2023 учебный год

(*на уровень начального общего образования)*

Составитель:Федотов
Александр Геннадьевич,
учитель физической культуры

Пояснительная записка

Данная программа спортивного и военно-патриотического направления представляет собой программу организации внеурочной деятельности младших школьников первого года обучения.

Программа рассчитана на 9 месяцев обучения (в учебный год – 34 часа; в неделю – 1 час).

Программа предполагает проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками.

Целью программы занятий кружка «Юнармеец» является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, патриотизма,

развитие созидательной творческой самостоятельности посредством

освоения двигательной деятельности, формирование умения сотрудничать в команде, развитие коммуникативной компетентности учащихся.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических

качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям по базовому виду спорта – гимнастике.

-формирование умения сотрудничать в команде, развитие коммуникативной компетентности учащихся посредством обучения различным эстафетам;

- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, гимнастике (в частности, строевой подготовке), формам активного отдыха и досуга.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по данному проекту являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

- умения активно включаться в коллективную деятельность,

взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;

- умения командовать и подчиняться командам.

Содержание программы

1 раздел		Количество часов
Подвижные игры		**14**
1.1	Замри!, Перестрелка, У медведя на бору, Пустое место, Бег сороконожек, Космонавты, Два Мороза, Белые медведи, Вызов номеров, Забегалы, Удочка, Построимся!, Прыгающие воробышки, Кто быстрей?, Волк во рву, Парашютисты, Метко в цель, Мяч соседу, Мяч на полу, Мяч над головой, Гонка мячей, Охотники и утки, Подвижная цель, Передал – садись!, Поезд, Альпинисты, Копна – тропинка – кочки, Запрещённое движение, Быстрый и сильный, День и ночь, По местам!, Построение по признаку	Каждая игра по 1часу
2 раздел		
Гимнастика		**20**
2.1	Гимнастические упражнения	5
2.2	Гимнастическая комбинация	2
2.3	Строевые приёмы на месте и в движении	4
2.4	Акробатические комбинации	6
2.5	Эстафеты с гимнастическими предметами	2
2.6	Эстафеты с элементами акробатики	1
3 раздел		
3	**Теория** и знания о гимнастике: история гимнастики; знание гимнастической терминологии; понятие о строе; основы знаний Строевого Устава ВС РФ	в процессе учебных занятий
Итого		**34**

Планируемые результаты реализации программы: приобретение знаний о здоровом образе жизни, об основных нормах

гигиены, о ТБ при занятиях спортом, о способах и средствах самозащиты, о способах ориентирования на местности, элементарных правилах выживания в природе; о пространстве взаимодействия, понимание партнёра.

Формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом:

развитие ценностных отношений школьника к своему собственному здоровью и внутреннему миру, к здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, другим людям.

Приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия: приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыт организации досуга; опыт

самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками.

Формы контроля

Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия Соревнования «Весёлые старты»

Военно – спортивные праздники

Важным требованием программы является воспитание нравственных и

волевых качеств учащихся:

- дисциплинированность;
- доброжелательность;
- честность;
- отзывчивость;
- смелость во время выполнения различных заданий.

Данный школьный возраст благоприятен для развития всех

координационных и кондиционных способностей. Однако особое внимание следует уделять всестороннему развитию координационных, скоростных (реакции и частоты движений), скоростно-силовых способностей,

выносливости к умеренным нагрузкам.