

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №11»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Гимназия №11»
_____ Г.А. Симахина
Приказ № 98
от «30» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
спортивной секции «ЧЕМПИОН»
2023-2024 учебный год
4 класс

Разработчик:
Кравченко Елена Николаевна,
учитель физической культуры
высшей квалификационной категории

Рассмотрена на заседании кафедры начального образования Протокол №1 от «28» августа 2023 г.	Согласована с заместителем директора по УВР _____/М.Л.Игнатова/ «29» августа 2023г.	Принята педагогическим советом Протокол №1 от «30» августа 2023 г.
---	---	---

Бийск
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа кружка «Чемпион» для 4 класса составлена на основании следующих нормативно-правовых документов и материалов:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6.10. 2009 года № 373;

- Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Гимназия №11»;

- Плана внеурочной деятельности МБОУ «Гимназия №11» на 2023-2024 учебный год.

- Положения о внеурочной деятельности МБОУ «Гимназия №11»

Рабочая программа рассчитана на 34 часа, реализуется в течение учебного года.

Для реализации программного содержания в учебном процессе целесообразно использовать учебник: А.П. Матвеев, Физическая культура 4 класс: учеб. для общеобраз. организаций/А.П. Матвеев; 6-е изд. - М.: Просвещение, 2019.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости обучающихся, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Новизной решения данной программы является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы ребёнок формируется как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Актуальность программы обусловлена тем, что появилась потребность у детей 9-10 лет в личном физическом совершенствовании своего мастерства через соревновательную деятельность в разных видах спорта.

Педагогической целесообразностью руководителя спортивной секции является всестороннее развитие учащихся в процессе овладения физической культурой. Она решается руководителем секции на основе изучения каждого занимающегося, прогнозирования его развития и комплексного воздействия на формирование личности в учебном коллективе. Это осуществляется при обязательном врачебно-педагогическом контроле в процессе обучения. Руководителем кружка систематически отслеживается реакция учащихся на предлагаемую нагрузку, проводится наблюдение за самочувствием детей и выявление признаков утомления и перенапряжения. В процессе обучения школьникам прививаются умения и навыки: гигиена спортивной одежды и обуви, гигиена питания, режима дня, техника безопасности и самоконтроль.

Цель программы: удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих задач:

познакомить детей с разнообразием подвижных и спортивных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;

развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;

воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным и спортивным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

ФОРМЫ, МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ

При реализации рабочей программы используются следующие педагогические технологии обучения

- Технология дифференцированного физкультурного образования,
- Игровые технологии,
- Коллективный способ обучения

Используемые методы обучения:

- практический метод,
- соревновательный метод,
- игровой метод,

Дети учатся, аргументировано излагать свои мысли, идеи, анализировать свою деятельность, предъявляя результаты рефлексии, анализа групповой, индивидуальной и самостоятельной работы

Учебный план

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов	ЭОР
1	Общеразвивающие упражнения	4	Образовательная социальная сеть https://nsportal.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/
2	Спортивные игры: волейбол	12	
3	Спортивные игры: баскетбол	18	
	итого	34	

Универсальные учебные действия.4 класс

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

- умение организовывать свою деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умение 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.

Личностные результаты освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- 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;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения

- 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;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№п/п	Тема занятий	Количество часов	Дата 4абг	Дата 4вд
1	Инструкция по технике безопасности	1	26.09	28.09
2	Развитие скоростных качеств. Бег на скорость.	1	03.10	05.10
3	Развитие выносливости. Подвижные игры с элементами бега.	1	10.10	12.10
4	Развитие силовых качеств. Стигание рук в упоре лежа	1	17.10	19.10
5	Т.Б.при игре волейбол. Игры с мячом	1	24.10	26.10
6	Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий.	1	07.11	09.11
7	Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий.	1	07.11	09.11
8	Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий.	1	14.11	16.11
9	Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий.	1	14.11	16.11
10	Прием и передача мяча	1	21.11	23.11
11	Прием и передача мяча	1	28.11	30.11
12	Подачи волейбольного мяча	1	5.12	7.12
13	Подачи волейбольного мяча	1	12.12	14.12
14	Игра «Пионербол»	1	19.12	21.12
15	Игра «Пионербол»	1	26.12	28.12
16	Игра «Пионербол»	1	09.01	11.01
17	Т.Б.при игре баскетбол	1	16.01	18.01
18	Стойки и передвижения баскетболиста. Игра «Волна»	1	23.01	25.01
19	Стойки и передвижения баскетболиста. Игра «Волна»	1	30.01	01.02
20	Ведение мяча на месте и в движении	1	06.02	08.02
21	Ведение мяча на месте и в движении	1	13.02	15.02
22	Передачи мяча на месте и в движении	1	20.02	22.02
23	Передачи мяча на месте и в движении	1	27.02	29.02
24	Передачи мяча на месте и в движении	1	05.03	07.03
25	Передачи мяча на месте и в движении	1	12.03	14.03
26	Бросок мяча с различных положений	1	19.03	21.03
27	Бросок мяча с различных положений	1	09.04	04.04
28	Бросок мяча с различных положений	1	16.04	11.04
29	Игра баскетбол	1	23.04	18.04
30	Игра баскетбол	1	30.04	25.04
31	Игра баскетбол	1	07.05	02.05
32	Игра баскетбол	1	14.05	16.05
33	Игра баскетбол. Выполнение контрольных упражнений	1	21.05	23.05
34	Игра баскетбол	1	21.05	23.05

Содержание программы

Кружок “Чемпион” 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. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры.

Универсальные учебные действия. 4 классы.

Универсальными компетенциями учащихся по курсу “Чемпион” 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;

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

Личностными результатами

-освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

-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.

Метапредметными результатами

освоения учащимися содержания программы по курсу “Чемпион” являются следующие умения:

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

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;

видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами

освоения учащимися содержания программы по курсу “Чемпион” являются следующие умения:

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;

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, 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, вариативных условиях.

Формы занятий:

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Планируемый результат:

- у выпускника начальной школы выработается 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.

Итоги реализации программы: беседы, выполнение контрольных упражнений (тестов), весёлых стартов, праздников «Здоровья».

Материально-техническое обеспечение:

Мячи:

- баскетбольные,
- волейбольные,