

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Юго-западное управление Министерства образования и науки

Самарской области

Министерство образования и науки Самарской области

ГБОУ СОШ №4 г.о. Чапаевск

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

Петров Д.О.

Приказ №
от «___» _____ 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

**Заместитель директора
по УВР**

Лужанская С.В.

Приказ №
от «___» _____ 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

**Директор ГБОУ СОШ
№4 г.о. Чапаевск**

Филатова И.М.

Приказ № 192
от «29» 08. 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 6749440)

ШСК "Олимпиец"

для обучающихся 1-4 классов

г. Чапаевск 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА "ОЛИМПИЕЦ"

Программа курса внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб» разработана в соответствии с требованиями:

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 "Об утверждении федерального образовательного стандарта начального общего образования";
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 № 115;
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685- 21);
- Уставом ГБОУ СОШ №4 г.о. Чапаевск;

Программа направлена на привлечение обучающихся общеобразовательного учреждения к систематическим занятиям физической культурой и спортом; развитие в общеобразовательной организации традиционных и наиболее популярных в регионе видов спорта;

формирование у обучающихся здорового образа жизни, их успешную социализацию.

Реализация программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб» по модулям позволяет максимально учесть в образовательном и воспитательном процессе специфику развития обучающихся на каждой ступени, каждого возраста и формировать в любом возрасте социально компетентную личность на основе учёта индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли, значения видов деятельности и форм общения.

Реализации программы на ступени начального образования помогает педагогам интенсивно формировать личность и получать ребенку правильный нравственный опыт, удовлетворить потребность первостепенной значимости в принадлежности к какой-нибудь группе.

В результате усвоения новых знаний перестраиваются и способы мышления. Знания становятся личным достоянием ребенка, перерастая в его убеждения, что, в свою очередь, приводит к изменению взглядов на окружающую действительность.

Программа предназначена для занятий с обучающимися на ступени начальной школы и рассчитана на обучающихся, проявляющих повышенный интерес к физической культуре и спорту.

Виды деятельности обучающихся в рамках программы: игровая, познавательная, досугово - развлекательная деятельность (досуговое общение), проблемно-ценностное общение; художественное творчество, социальное творчество (социальная преобразующая добровольческая деятельность); спортивно-оздоровительная деятельность; туристско-краеведческая деятельность;

Образовательные формы, предусмотренные в программе: экскурсии, кружки, секции, олимпиады, конкурсы, соревнования, поисковые

исследования, круглые столы, мозговые штурмы, деловые игры, тренинги, проекты, в том числе через организацию деятельности обучающегося во взаимодействии со сверстниками, педагогами, родителями.

Особенность программы заключается в клубной форме организации внеурочной деятельности и широкой вариативности направлений обучения школьников, обеспечивающих формирование у детей актуального социокультурного опыта и личностной позиции, возможность творческой самореализации, подготовку школьников к жизненному самоопределению.

С учетом этих особенностей данная программа носит комплексный характер и представляет собой совокупность условий, в рамках которых внеурочная деятельность детей рассматриваются как своеобразный образовательный маршрут, который прокладывается по определённым направлениям. В результате реализации программы сами обучающиеся, педагоги, родители становятся полноценными субъектами организации спортивно-оздоровительной работы в школе. Они включаются в проектную деятельность в роли консультантов, помощников, организаторов внеурочных мероприятий, и самое главное родители тесно взаимодействуют со своими детьми, что способствует налаживанию между ними доверительных отношений и положительно влияет на результативность освоения данной программы и процесса обучения в целом.

В состав инвариантных модулей входят образовательный модуль «Спортивный менеджмент» и модули спортивных секций по выбору образовательной организации, как традиционных для нее, так и основанных на новых видах спорта для школы.

Учебно-тематические планы модулей, содержание тем и объем отведенных на них часов определяет сама школа, разрабатывают педагоги, реализующие их в зависимости от уровня своего профессионализма, материально-технической базы школы, широты спектра контактов школы с социальными партнерами и т.д. (по этой причине в представленном

фрагменте программы не представлены учебно-тематические планы с разбивкой на часы и темы, теорию и практику.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА "ОЛИМПИЕЦ"

Создание условий для увеличения двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания, формирование личности ребёнка средствами подвижных и спортивных игр через включение их в коллективную деятельность.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА "ОЛИМПИЕЦ" В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Программа учебного курса школьного спортивного клуба «Олимпиец» рассчитана на 1 год для учащихся 1-4 классов. Составляет 34 часа.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА "ОЛИМПИЕЦ"

Виды деятельности обучающихся в рамках программы: игровая, познавательная, досугово - развлекательная деятельность (досуговое общение), проблемно-ценностное общение; художественное творчество, социальное творчество (социальная преобразующая добровольческая деятельность); спортивно-оздоровительная деятельность; туристско-краеведческая деятельность;

Образовательные формы, предусмотренные в программе: экскурсии, кружки, секции, олимпиады, конкурсы, соревнования, поисковые исследования, круглые столы, мозговые штурмы, деловые игры, тренинги,

проекты, в том числе через организацию деятельности обучающегося во взаимодействии со сверстниками, педагогами, родителями.

Особенность программы заключается в клубной форме организации внеурочной деятельности и широкой вариативности направлений обучения школьников, обеспечивающих формирование у детей актуального социокультурного опыта и личностной позиции, возможность творческой самореализации, подготовку школьников к жизненному самоопределению. С учетом этих особенностей данная программа носит комплексный характер и представляет собой совокупность условий, в рамках которых внеурочная деятельность детей рассматриваются как своеобразный образовательный маршрут, который прокладывается по определённым направлениям. В результате реализации программы сами обучающиеся, педагоги, родители становятся полноценными субъектами организации спортивно-оздоровительной работы в школе. Они включаются в проектную деятельность в роли консультантов, помощников, организаторов внеурочных мероприятий, и самое главное родители тесно взаимодействуют со своими детьми, что способствует налаживанию между ними доверительных отношений и положительно влияет на результативность освоения данной программы и процесса обучения в целом.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА "ОЛИМПИЕЦ"

В рамках ШСК «Олимпиец»: предлагаются программы: «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Подвижные игры».

Программы направлены на создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья воспитанников посредством приобщения к регулярным занятиям спортом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своего города, своей страны.

Тематические разделы программы:

Легкая атлетика является наиболее оптимальным видом спорта для развития и совершенствования сердечно-сосудистой и дыхательной систем, способствует повышению функциональных возможностей организма, развивает выносливость, ловкость, скоростно-силовые и силовые качества.

Спортивные игры содержат перечень упражнений для овладения техникой и тактикой игры в футбол и баскетбол. Используемая методика проведения подводящих игр и эстафет, позволяет успешно воздействовать на различные системы организма, развивать ловкость, быстроту реакции.

Подвижные игры средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. В процессе игры дети используют уже имеющиеся двигательные и умственные навыки, закрепляют их и совершенствуют, а также формируют новые качества личности.

Весь программный материал направлен на решение оздоровительных задач, развитие физических качеств, формирование двигательных умений и навыков, формирование самостоятельности и умений взаимодействовать с коллективом.

Срок реализации программы внеурочной деятельности 1 год, 34 часа,
1 раз в неделю. Участники программы: учащиеся 1 - 4 классов.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;
- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- оказание бескорыстной помощи окружающим людям, в т. ч. сверстникам, в сохранении и укреплении их здоровья;
- широкий кругозор, осведомленность об основных событиях и изменениях в жизни школы, района, округа;
- умение организовывать свою деятельность и деятельность обучающихся для достижения намеченных целей;
- конструктивно реагировать на ошибки и трудности, возникающие в процессе совместной деятельности;
- своевременно вносить коррективы в свое поведение, намеченный план действий в зависимости от сложившейся ситуации.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Регулятивные:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму;
- планирование и организация самостоятельной спортивно-оздоровительной деятельности (учебной и досуговой) с учетом требований

сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях.

Познавательные:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности.

Коммуникативные:

- 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 партнера — 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.
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- 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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Легкая атлетика	8		Беседа. Практическое занятие	
2	Баскетбол	8		Беседа. Практическое занятие	
3	Футбол	8		Беседа. Практическое занятие	
4	Подвижные игры	10		Беседа. Практическое занятие	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Легкая атлетика	8		Беседа. Практическое занятие	
2	Баскетбол	8		Беседа. Практическое занятие	
3	Футбол	8		Беседа. Практическое занятие	
4	Подвижные игры	10		Беседа. Практическое занятие	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Легкая атлетика	8		Беседа. Практическое занятие	
2	Баскетбол	8		Беседа. Практическое занятие	
3	Футбол	8		Беседа. Практическое занятие	
4	Подвижные игры	10		Беседа. Практическое занятие	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Легкая атлетика	8		Беседа. Практическое занятие	
2	Баскетбол	8		Беседа. Практическое занятие	
3	Футбол	8		Беседа. Практическое занятие	
4	Подвижные игры	10		Беседа. Практическое занятие	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
1	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	1	
2	Упражнения на развитие быстроты	1	
3	Бег на короткие дистанции, низкий старт	1	
4	Прыжок в длину с места, с разбега.	1	
5	Эстафетный бег, упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	1	
6	Метание мяча в цель и на дальность.	1	
7	Упражнения на развитие выносливости. Игровые эстафеты	1	
8	Игровые эстафеты.	1	
9	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основная стойка.	1	
10	Правила игры. Техника передвижений. Остановки и передачи мяча.	2	
11	Броски мяча с места и в движении.	2	
12	Штрафной бросок мяча в корзину	2	
13	Перехват мяча.	1	
14	Техника безопасности на занятиях по футболу. Правила игры в футбол.	1	
15	Ведение и остановка мяча.	2	
16	Удары по мячу, остановка мяча	2	
17	Отбор мяча, перехват мяча.	1	
18	Техника игры вратаря	1	
19	Тактика игры в нападении и защите.	1	

20	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты.	1	
21	ОРУ. Игра «Вышибалы». «Тяни в круг».	2	
22	ОРУ. Игра «Третий лишний», «Внимание».	2	
23	ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не урони».	2	
24	ОРУ. Игра «Вызов», «Гонка мячей по кругу».	1	
25	ОРУ. Эстафета с элементами равновесия.	1	
26	ОРУ. Игра «Хвосты».	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
1	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	1	
2	Бег на короткие дистанции, низкий старт.	2	
3	Упражнения на развитие физических качеств (быстроты).	2	
4	Упражнения на развитие физических качеств(силы).	2	
5	Упражнения на развитие физических качеств (гибкости).	1	
6	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основная стойка.	1	
7	Упражнения на технику владения баскетбольным мячом.	2	
8	Броски мяча с места и в движении.	2	
9	Подвижные игры на основе баскетбола.	1	
10	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	2	
11	Техника безопасности на занятиях по футболу. Правила игры в футбол.	1	
12	Упражнения на технику владения футбольным мячом	2	
13	Удары по мячу, остановка мяча	2	
14	Тактические действия, тактика вратаря.	1	
15	Соревновательные игры.	2	
16	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты.	1	
17	ОРУ. Игра «Вышибалы».	2	
18	Подвижные игры на основе футбола.	2	
19	Подвижные игры на основе баскетбола.	2	
20	ОРУ. Игра «Космонавты».	1	

21	Подвижные игры на материале гимнастики и лёгкой атлетики.	2	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
1	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	1	
2	Бег на короткие дистанции, низкий старт.	1	
3	Развитие двигательных качеств: быстроты.	2	
4	Эстафетный бег. Техника передачи эстафетной палочки.	2	
5	Кроссовая подготовка.	1	
6	Прыжок в длину с места, с разбега.	1	
7	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основная стойка.	1	
8	Правила игры. Техника передвижений. Остановки и передачи мяча.	1	
9	Передача и ловля мяча. Ведение мяча.	2	
10	Броски мяча с места и в движении.	2	
11	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	2	
12	Техника безопасности на занятиях по футболу. Правила игры в футбол.	1	
13	Удары по мячу, остановка мяча.	1	
14	Ведение мяча, ложные движения (финты).	1	
15	Отбор мяча, перехват мяча.	1	
16	Тактика игры в нападении и защите.	1	
17	Игра в футбол 4х4, 5х5, 6х6.	3	
18	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты.	1	
19	ОРУ. Игра «Вышибалы».	2	
20	ОРУ. Игра «Мышеловка».	2	

21	ОРУ. Игра «Космонавты».	2	
22	ОРУ. Игра «Туннель».	2	
23	ОРУ. Игра «Выбивалы без мяча».	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	
1	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	1	
2	Бег на короткие дистанции, низкий старт.	2	
3	Упражнения на развитие физических качеств(силы).	2	
4	Упражнения на развитие физических качеств (быстроты).	2	
5	Упражнения на развитие физических качеств (гибкости).	1	
6	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основные правила игры.	1	
7	Упражнения на технику владения баскетбольным мячом.	1	
8	Передачи двумя руками от груди в парах, четвёрках с перемещением. Техника штрафного броска. Учебная игра.	2	
9	Стойки и перемещения. Ведение мяча. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Учебная игра по упрощённым правилам.	2	
10	Игра в баскетбол по упрощённым правилам.	2	
11	Техника безопасности на занятиях по футболу. Правила игры в футбол.	1	
12	Удары по мячу, остановка мяча.	2	
13	Тактика игры в нападении и защите.	2	
14	Игра в футбол 4х4, 5х5, 6х6.	2	
15	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты.	1	
16	Подвижные игры на основе легкой атлетики и гимнастики.	2	
17	Подвижные игры на основе футбола.	2	
18	Подвижные игры на основе баскетбола.	2	
19	ОРУ. Игра «Космонавты».	1	

20	ОРУ. Игра «Вышибалы».	3	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

