

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Удмуртской Республики**  
**Управление образования и архивов Администрации муниципального**  
**образования "Муниципальный округ Дебесский район Удмуртской**  
**Республики" Администрация муниципального образования**  
**"Муниципальный округ Дебесский район Удмуртской Республики"**  
**МБОУ "Сюрногуртская СОШ"**

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

*Хохрякова Е.А.*  
\_ Хохрякова Е.А.

Протокол № 1 от 28.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
воспитательной работе

*Карачёва А.В.*  
\_ Карачёва А.В.

Приказ № 156 от 28.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

*Хохрякова Е.А.*  
\_ Хохрякова Е.А.

Приказ № 156 от 28.08.2023 г.



**Рабочая программа дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**  
**программы**

**«Спорт и успех»**

**Физкультурно-спортивной направленности**

Возраст детей: 7 -17 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель: Королёв Е.Н., педагог дополнительного образования

д. Сюрногурт

### Пояснительная записка

Рабочая программа «Спорт и успех» разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спорт и успех» физкультурно-спортивной направленности. Программа рассчитана на школьников 7-17 лет. Занятия по программе «Спорт и успех» проводятся на базе МБОУ «Сюрногуртская СОШ».

**Характеристика творческого объединения.** Дети заинтересованы в знакомстве с английским языком, активные, любознательные. По социальному составу: есть дети из малообеспеченных и неполных семей.

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

**Основными задачами данного курса являются:**

— укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;

— развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;

— выработку представлений об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий;

— приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным 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;

— содействовать патриотическому воспитанию подрастающего поколения.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

#### **Личностные результаты.**

У учеников будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа;
- уважительное отношение к культуре других народов;
- умение выражать свои эмоции;
- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

#### **Регулятивные УУД:**

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- уметь планировать и регулировать свои действия во время подвижной игры;
- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- учиться работать по определенному алгоритму;

#### **Познавательные УУД:**

Обучающийся научится:

- проводить сравнение и классификацию объектов;

- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);
- соблюдать правила поведения и предупреждение травматизма во время занятий;
- подбирать упражнения для разминки;
- использовать знания во время подвижных игр на досуге;
- делать выводы в результате совместной работы коллектива и учителя.

### **Коммуникативные УУД:**

Обучающийся научится:

- работать в паре, группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- выполнять различные роли (лидера исполнителя).

### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.).

**В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся должны иметь представление:**

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о вредных и полезных привычках;
- о народных и спортивных играх и их правилах;
- о различных видах подвижных игр и их правилах;
- о правилах составления комплексов разминки;
- о правилах проведения игр, эстафет и праздников;
- о правилах поведения во время игры;
- не менее двух комплексов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

**Уметь:**

- применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;
- играть в подвижные игры;
- соблюдать правила игры;
- организовать подвижные игры (3-4);
- работать в коллективе;
- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- выполнять комплексы упражнений, направленно воздействующие на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы утренней зарядки и физкультминуток.

**Тематическое планирование**

№ п/п	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов
1.	<b>Вводные занятия.</b> Я выбираю здоровый образ жизни!	1

2.	<b>Игры.</b> В здоровом теле - здоровый дух.	1
3.	Игры с бегом. Третий лишний», «Мышеловка», «Пустое место», «Салки по кругу».	1
4.	Игры с бегом. «Кто быстрее?», «Сумей догнать», «Колдунчики», «Два Мороза».	1
5.	Игры с бегом. «Дорожки», «Воробьи и вороны », «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка».	1
6.	Игры для формирования правильной осанки. «Хвостики», «Паровоз», «Бои на бревне».	1
7.	Игры для формирования правильной осанки. «Ванька-встанька», «Лошадки».	1
8.	Игры-эстафеты. «Бег с передачей эстафетной палочки», «Эстафеты-вызов игроков».	1
9.	Игры-эстафеты. «Большая круговая эстафета».	1
10.	Игры с прыжками. «Зайцы в огороде», «Поймай лягушку», «Придумай и покажи», эстафеты с длинными скакалками, с короткими скакалками.	1
11.	Игры с прыжками. «Рыбак и рыбка», «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Мешочек», «Болото», «Чехарда».	1
12.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. «Метко в цель», «Салки с большими мячами» «Попади в круг», «Быстрые и меткие», «Вышибала и зайцы», «Горячая картошка».	1
13.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. «Перестрелка», «Защита укрепления», «Охотники и утки», «Мяч водящему», «Поймай мяч», «Обгони мяч».	1
14.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча «Блуждающий мяч», «Подвижная цель», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч».	1
15.	Игры с разными предметами: «Городки», «Лапта», «Единоборство».	1
16.	Игры с разными предметами. «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо».	1

17.	Игры с разными предметами. «Бирюльки», «Двенадцать палочек», «Рулетка».	1
18.	Игры–цеплялки. «Ручеёк», «Невод».	1
19.	Игры–цеплялки. «Репка», «Дракон».	1
20.	Зимние забавы. Строительные игры из снега.	1
21.	Зимние забавы. Эстафета на санках.	1
22.	Зимние забавы. Лыжные гонки.	1
23.	Пионербол. Игровые правила.	1
24.	Пионербол. Передачи мяча, подачи мяча.	1
25.	Пионербол. Отработка игровых приёмов.	1
26.	Пионербол. Игра.	1
27.	Футбол. Игровые правила.	1
28.	Футбол. Отработка игровых приёмов.	1
29.	Футбол. Удар внутренней стороной стопы (“щечкой”) по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу и после ведения;	1
30.	Футбол. Подвижные игры типа “Точная передача”.	1
31.	Баскетбол. Игровые правила.	1
32.	Баскетбол. Отработка игровых приёмов.	1
33.	Баскетбол. Ловля мяча на месте и в движении:	1
34.	Баскетбол.Подвижные игры: “Бросай-поймай”, “Выстрел в небо”.	1
Итого:		34

### **Работа с родителями обучающихся или их законными представителями.**

Работа с родителями или законными представителями обучающихся осуществляется для более эффективного достижения цели воспитания, которое обеспечивается согласованием позиций семьи и МБОУ «Сюрногуртская СОШ» в данном вопросе.

- Регулярное информирование родителей об успехах их детей, о жизни МБОУ «Сюрногуртская СОШ» в целом через социальную сеть ВКонтакте.
- Регулярное информирование родителей об успехах и проблемах их детей, о жизни детского объединения в целом через социальную сеть ВКонтакте в родительских веб – чатах объединений.
- Индивидуальное консультирование с целью координации воспитательных усилий педагогов и родителей.
- Организация родительских собраний.
- Привлечение членов семей обучающихся к организации и проведению дел объединения.
- Организация мастер – классов, открытых занятий и других событий.

Цикл дел «Персональная выставка» предполагает организацию в течение года персональных выставок творческих работ детей. Это выставки фотографий, рисунков, картин, поделок из различного материала, поделок из Лего и т.п. Такого рода выставки помогут ребенку преодолевать застенчивость, проявлять инициативу, научат правильно отвечать на похвалы и принимать благодарности, разумно реагировать на критику и пожелания, со вниманием относиться к работам других детей и корректно высказывать свое мнение о них.