

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Веселые старты»

Рабочая программа объединения дополнительного образования «Веселые старты» на 2023-2024 учебный год разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
- Конституция Российской Федерации (статьи 9, 36, 42, 58, 71, 114)
- Концепция развития дополнительного образования детей (от 04.09.2014)
- Стратегия развития воспитанника в Российской Федерации на период до 2025 года
- Приказ МО и Н РФ от 29.08.2013 г №1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»
- Закон Республики Татарстан №68-ЗРТ от 22 июля 2013года «Об образовании»
- СанПин 2.4.2821-10 «Санитарноэпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 года №189, зарегистрированным в министерстве юстиции РФ 3 марта 2011 года, регистрационный номер № 19993.
- Устав МБОУ «Тимяшевская СОШ» МО «ЛМР» РТ
- Положение об организации дополнительного образования в МБОУ «Тимяшевская СОШ»
- Лицензия на реализацию программ дополнительного образования № 7062 от 24 августа 2015 года
- Годового календарного учебного плана МБОУ «Тимяшевская СОШ» на 2023-2024учебный год

### **Место в учебном плане**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Веселые старты»» для учащихся (9-10 лет) рассчитана на 144 ч (4 часа в неделю).Срок реализации программы 1 год.

**Цель программы:** удовлетворение потребностей младших школьников в движении, стабилизирование эмоций, обучение владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

#### **Основными задачами данного курса являются:**

- укрепить здоровье школьников посредством развития физических качеств;
- развить двигательную реакцию, точности движения, ловкости;
- развить сообразительность, творческое воображение;
- развить коммуникативные умения;
- воспитать внимание, культуру поведения;
- создать проблемные ситуации, активизируя творческие отношения учащихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;
- развить доброжелательность, доверие и внимательность к людям, готовность к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развить коммуникативную компетентность младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

### **Содержание программы**

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение

алгоритма – это возможность научить ученика автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

В программу «Веселые старты» вошли: подвижные игры, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Игры, в форме состязаний, соревнований между командами помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм

Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

Игры-поиски. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

Игры с быстрым нахождением своего места. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое).

Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

**Весь материал разделяется на отдельные разделы:**

1 раздел – «Подвижные игры»

2 раздел – «Эстафеты»

3 раздел – «Соревнования»

4 раздел – «Спортивные турниры»

Для учащихся 9-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал.

Знакомясь с историей спорта, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

**Цели изучения по каждому разделу**

**“Подвижные игры”**

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

**“Эстафеты”**

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

**«Соревнования»**

Цели: Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

**«Спортивные турниры»**

Цели: знакомство с историей спорта, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

**Личностными результатами:**

являются следующие умения:

*оценивать* поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;  
*выражать* свои эмоции;  
*понимать* эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

**Метапредметными результатами** курса «Веселые старты» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

*Регулятивные УУД:*

определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

проговаривать последовательность действий во время занятия;

учиться работать по определенному алгоритму

*Познавательные УУД:*

умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

*Коммуникативные УУД:*

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 партнёра — 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.

сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

**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;

- 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.

**Перечень учебно-методического и материально- технического обеспечения**

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол- во
1	Основная литература для учителя	
1.1	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д
1.2	Программы по “Физической культуре” (для четырёхлетней начальной школы) (Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е.)	Д
1.3	Б.Б.Егоров, Ю.Е. Пересади́на: Физическая культура. Учебник. Книга 1. 1 – 2 классы. М., БАЛАСС, 2018 г.	Ф
1.4	Рабочая программа по физической культуре	Д
2	Дополнительная литература для учителя	
2.1	О.А.Степанова: Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие.	Д
2.2	Ж.К., Холодов В.С. Кузнецов: Теория и методика физического воспитания и спорта - М. издательский дом “Академия” 20019 г.	Д
2.3	Е.В.Конева: Спортивные игры: правила, тактика, техника – Ростов-на-Дону, издательство “Феникс”, 2019г.	Д
2.4	Матвеев А. П. Методика преподавания физической культуры в 1 классе. – М., 2019	Д
3	Дополнительная литература для учащихся	
3.1	Б.Б.Егоров, Ю.Е.Пересадин: Физическая культура. Учебник . Книга 1. 1–2 классы. М., БАЛАСС, 2018г.	Ф
4	<i>Учебно-практическое оборудование</i>	
4.1	Стенка гимнастическая	П
4.2	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
4.3	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	К

4.4	Палка гимнастическая	К
4.5	Скакалка детская	К
4.6	Мат гимнастический	П
4.7	Кегли	К
4.8	Обруч детский	Д
4.9	Рулетка измерительная	К
4.10	Щит баскетбольный тренировочный	Д
4.11	Сетка волейбольная	Д
4.12	Аптечка	Д

норм и правил техники безопасности как самих играющих, так и окружающих их зрителей.

#### **Материально-техническое обеспечение**

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

#### **Тематическое планирование**

Количество часов в неделю: 2

Всего: 144

№ занятия	Наименование темы	Количество часов	Предполагаемая дата	Дата фактическая	примечание
1	День здоровья	4			
2.	Веселые старты	4			
3	Турнир знатоков спорта	4			
4	Веселые старты	4			
5	Эстафеты с мячом	4			

6	Эстафеты «Быстрые и ловкие»	4			
7	Эстафеты с обручем	4			
8	Эстафеты «Вызов номеров»	4			
9	Эстафеты «Один за всех»	4			
10	Спортивный турнир	4			
11	Веселые старты	4			
12	Олимпиадика	4			
13	День здоровья	4			
14	Эстафеты с мячом	4			
15	Спортивно-развлекательная программа	4			
16	Эстафеты с обручем	4			
17	Веселые старты	4			
18	Спортивный турнир	4			
19	День здоровья	4			
20	Эстафеты по кругу	4			
21	Лыжные эстафеты	4			
22	Лыжные эстафеты	4			
23	Спортивная игра «А ну-ка, мальчики»	4			
24	Спортивный турнир	4			
25	Веселые старты	4			
26	Эстафеты с мячом	4			
27	Эстафеты с обручем	4			

28	Веселые эстафеты	4			
29	День здоровья	4			
30	Спортивный турнир	4			
31	Спортивно-развлекательная программа	4			
32	Эстафеты с гимнастическими палками	4			
33	Турнир знатоков спорта	4			
34	Веселые старты	4			
35	Веселый сабантуй	4			