

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Лесная средняя общеобразовательная школа

УТВЕРЖДАЮ
Приказ №58/1-ш от 28.08.2025 г.
И.о. директора МОУ Лесная СОШ
О.А. Кудрявцева



**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧЕМПИОН»**

С. Лесное

2025-2026 год

Содержание

Пояснительная записка.....	3
Содержание программы.....	4
Календарно-тематическое планирование.....	5
Планируемые результаты	25
Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение образовательного процесса.....	26

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности для обучающихся 2-х классов разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2012) и согласно:

- - Приказу Министерства образования и науки РФ от 4 октября 2010г. № 986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»;
- - Приказу Минобрнауки России от 05.10.2009 года № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- - Приказу Министерства общего и профессионального образования РО от 03.06.2010 года № 472 «О введении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования в образовательных учреждениях Ростовской области».
- - Письмо Департамента общего образования Минобрнауки РФ от 12 мая 2011г., №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях СанПиН 2.4.2.2821-10
- Основной образовательной программы начального общего образования МОУ СОШ № 32

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Цель программы: создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных народных игр через включение их в совместную деятельность.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- Создать условия для активизации двигательной активности младших школьников во внеурочное время;
- Способствовать ознакомлению детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- Способствовать формированию умения самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- Способствовать развитию сообразительности, воображению, коммуникативных умений, вниманию, ловкости, инициативности, быстроты реакции.
- Содействовать воспитанию культуры игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.
- Создать условия для развития основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости.

Программа рассчитана на 34 занятия для обучающихся 1-х и 2-х классов:
– 34 занятия по 1 занятию в неделю.

Содержание программы

Игры на взаимодействие между учащимися

В играх на взаимодействие дети приучаются играть дружно, уступать и помогать друг другу. Чувство честности, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярко.

Игры на развитие двигательных качеств

Подвижные игры закаляют организм, укрепляют нервную систему. Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны: подражательные, образно-творческие, ритмические; выполняются в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств.

Игры с элементами спортивных игр:

1. Легкая атлетика

Ученики приобретают основы умений бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

2. Ритмическая гимнастика

Игры с элементами ритмической гимнастики способствуют формированию навыка правильной осанки у детей младшего школьного возраста. Музыкальная деятельность направлена на воспитание эстетических, физических, нравственных и умственных качеств, развивается познавательный интерес, память, вырабатывается устойчивость произвольного внимания, совершенствуется творческая активность.

3. Подвижные игры

Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений, развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий.

4. Лыжная подготовка

Игры с элементами корректирующие движения лыжника и быстроту реакции.

Планируемые результаты освоения программы «Чемпион»

- Повышение двигательной активности детей.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

Предметные результаты:

- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
- играть по упрощенным правилам спортивные игры;
- самостоятельно организовывать и проводить спортивные соревнования;
- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга.
-

➤ **Календарный учебный график реализации программы**

Год обучения	Название раздела, модуля, темы	Количество часов			Количество учебных		Даты начала и окончания	Продолжительность каникул
		все го	теор ия	пра кти ка	неде ль	дней		
1	Чемпион	34	4	30	34	34	02.09.25 31.05.26	30 дней,

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Чемпион»

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение. Техника безопасности	1	1	
2	Изучение техники игр	11	1	10
3	Учебные игры	11	1	10
4	соревнования	11	1	10
	Количество по программе «чемпион»	34	4	30
	Итого	34 часа		

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности ученика	Количество часов	План. сроки прохождения	Скorr. сроки прохождения
1.	Т.Б. Игра «Гном, как тебя зовут?»	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами	1		

		соревновательной деятельности.			
2.	Игра «Водяной»	Сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: рассказывать и показывать правила проведения подвижной игры «Водяной»	1		
3.	Игра «Мы веселые ребята»	Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать. Осознавать свою способность к преодолению препятствий. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.	1		
4.	Игра «Гуси-лебеди»	Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать. Осознавать свою способность к преодолению препятствий. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.	1		
5.	Соревнование скороходов	Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать. Осознавать свою	1		

		<p>способность к преодолению препятствий.</p> <p>Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.</p>			
6.	Игра «Волк во рву»	<p>Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.</p> <p>Осваивать навыки бега, развивать скоростные и координационные способности.</p> <p>Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.</p>	1		
7.	Игра «К своим флажкам»	<p>Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать.</p> <p>Осознавать свою способность к преодолению препятствий.</p> <p>Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.</p>	1		
8.	Игры по выбору учащихся	<p>Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать.</p> <p>Осознавать свою способность к преодолению препятствий.</p> <p>Организовывать и проводить подвижные игры с элементами</p>	1		

		соревновательной деятельности.			
9.	Эстафета мячами с	<p>Руководствуясь правилами игр, соблюдать правила безопасности.</p> <p>Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры, осуществлять судейство.</p> <p>Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки</p> <p>Овладевать элементарными умениями в ловле и, бросках, передачах и ведении мяча</p>	1		
10.	Игра «Птицы и клетка»	<p>Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.</p> <p>Осваивать навыки бега, развивать скоростные и координационные способности.</p> <p>Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.</p>	1		
11.	Игра «Угадай, кто?»	<p>Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.</p> <p>Осваивать навыки бега, развивать скоростные и координационные</p>	1		

		<p>способности.</p> <p>Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.</p>			
12	Эстафета зверей	<p>Руководствуясь правилами игр, соблюдать правила безопасности.</p> <p>Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры, осуществлять судейство.</p> <p>Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки</p> <p>Овладевать элементарными умениями в ловле и, бросках, передачах и ведении мяча</p>	1		
13.	Игры по выбору учащихся	<p>Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.</p> <p>Осваивать навыки бега, развивать скоростные и координационные способности.</p> <p>Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.</p>	11		
14.	Игра «Стой!»	<p>Проявлять активность во взаимодействии для решения познавательных задач.</p> <p>Предвидеть возможности получения конкретного</p>	1		

		<p>результата при решении задачи.</p> <p>Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.</p>			
15.	Игра «Веселые музыканты»	<p>Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать.</p> <p>Осознавать свою способность к преодолению препятствий.</p> <p>Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.</p>	1		
16.	Игра «Совушка»	<p>Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать.</p> <p>Осознавать свою способность к преодолению препятствий.</p> <p>Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.</p>	1		
17.	Игры по выбору учащихся	<p>Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.</p> <p>Осваивать навыки бега, развивать скоростные и координационные способности.</p> <p>Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.</p>	1		

18.	Эстафета со скакалками	Освоить технику прыжковых упражнений. Уметь выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила безопасности при выполнении прыжковых упражнений.	1		
19.	Игра «Паровозик»	Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать. Осознавать свою способность к преодолению препятствий. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.			
20.	Игры по выбору учащихся	Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности. Осваивать навыки бега, развивать скоростные и координационные способности. Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.			
21.	Игра «Вышибалы»	Руководствуясь правилами игр, соблюдать правила безопасности. Организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры,			

		<p>осуществлять судейство.</p> <p>Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки</p> <p>Овладевать элементарными умениями в ловле и, бросках, передачах и ведении мяча</p>			
22.	Игра «Воробьи и вороны»	<p>Освоить технику прыжковых упражнений. Уметь выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила безопасности при выполнении прыжковых упражнений.</p>	1		
23.	Игра «Салки»	<p>Освоить технику прыжковых упражнений. Уметь выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила безопасности при выполнении прыжковых упражнений.</p>	1		
24, 25.	Повторение изученных игр	<p>Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать. Осознавать свою способность к преодолению препятствий. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.</p>	2		
26.	Эстафета «Кенгуру»	<p>Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений,</p>	1		

		<p>при этом соблюдать правила безопасности.</p> <p>Осваивать навыки бега, развивать скоростные и координационные способности.</p> <p>Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.</p>			
27.	Игра «Симон говорит»	<p>Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать.</p> <p>Осознавать свою способность к преодолению препятствий.</p> <p>Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.</p>	1		
28, 29.	Игры «Донеси мешочек», «Ловкий шофёр», «Переправа».	<p>Учиться правильно оценивать свое самочувствие и контролировать, как их организмы справляются с физическими нагрузками.</p> <p>Определять основные показатели физического развития и физических способностей. Рассказывать и показывать правила проведения подвижных игр «Донеси мешочек», «Ловкий шофёр», «Переправа».</p>	1		
30	Игра «Мишки и шишки»	<p>Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.</p> <p>Осваивать навыки бега, развивать скоростные и</p>	1		

		координационные способности. Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.			
31.	Игра «Медведь»	Освоить технику прыжковых упражнений. Уметь выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила безопасности при выполнении прыжковых упражнений.	1		
32. 33. 34.	Игры по выбору учащихся	Проявлять активность во взаимодействии для решения познавательных задач. Предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.	3		

Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Методическое обеспечение.

1. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 2012.
2. Физическая культура 1-4 классы учебник для общеобразовательных учреждений/ Лях В.И.- М.: «Просвещение, 2012.
3. Гриженя В.Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие – М., Советский спорт, 2010. – 40 с.
4. Дереклеева Н.И. Мастерская учителя «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» 1-5 классы- М., 2012.
5. Дусовицкий А.К., Воспитывая интерес. – М., 2011.
6. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2013.

7. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2011.
8. Коробейников Н.К., Физическое воспитание. – М., 2012
9. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М.,2011.
10. Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 2013.
11. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей. – М., 2013.
12. Осокина Т.И., Детские подвижные игры. – М., 2012.
13. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. – М., 2010.

Спортивный инвентарь.

1. Мячи баскетбольные.
2. Мячи футбольные.
3. Мячи волейбольные.
4. Мячи резиновые(средние).
5. Мячи для метания (150г.)
6. Гимнастический козел.
7. Гимнастические маты.
8. Скакалки.
9. Волейбольная сетка.
10. Гимнастические скамейки
11. Стойки для прыжков в высоту.
12. Гимнастический мост.
13. Обручи.
14. Гимнастические палки.

Количество вакантных мест -5

