

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 312 с углубленным изучением французского языка  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО  
учителей  
Протокол №1  
от 29.08.2023  
Председатель МО



Ю.Б. Кошманова

СОГЛАСОВАНО  
зам. директора по УВР



Горшкова О.С.  
29.08.2023

Принята решением  
Педагогического совета  
ГБОУ школа № 312  
Протокол №1 от  
30.08.2023

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор  
ГБОУ школа №312  
\_\_\_\_\_  
С.А. Симанова  
Приказ № 97-о от  
31.08.2023

Рабочая программа по компоненту внеурочной деятельности

«Реализация личности и самореализация обучающихся»

**«Спортивные игры»**

для 1-2-3-4 классов

на 2023-2024 учебный год

Срок реализации программы 1 год

Составитель: Линник Павел Григорьевич

(ФИО)

учитель физической культуры

Реализуют программу: Линник Павел Григорьевич, Андреев Максим Евгеньевич

(ФИО)

учитель физической культуры

Санкт-Петербург

2023

## 1. Пояснительная записка.

Нормативную правовую основу настоящей рабочей программы курса внеурочной деятельности «Все работы хороши – все профессии важны» составляют следующие документы.

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ
- 2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64100).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022
- № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69676).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74229).
- Учебный план ГБОУ школа № 312 с углубленным изучением французского языка Фрунзенского района Санкт-Петербурга;
- Положение о рабочей программе ГБОУ школа № 312 с углубленным изучением французского языка Фрунзенского района Санкт-Петербурга (в действующей редакции).

Программа является модифицированной. Новизна программы состоит в том, что в ней прописаны УУД, которые необходимо формировать у учащихся начальных классов.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

### **Актуальность программы:**

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Включает в себя, как теоретическую, так и практическую части – организация подвижных игр.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В системе начального обучения игровая деятельность является одним из важнейших факторов развития ребенка: нравственного, умственного, эстетического и физического. Именно в начальных классах закладываются основы социально активной личности, проявляющей интерес к игровой деятельности, самостоятельности, уважения и другие ценные качества, способствующие усвоению требований к жизни утверждению в ней.

В программу включено знакомство с различными подвижными играми. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные 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; ее культуре и наследию.

Подвижные игры имеют и оздоровительное значение. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей.

### **Цели программы:**

-создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

-приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

### **Задачи, решаемые в рамках данной программы:**

- обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, быстроту реакции, а так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни;
- учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность;

-обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

### **Место курса в учебном плане:**

Программа рассчитана для учащихся начальных классов, на 4 года обучения.

На реализацию курса «Спортивные игры» в начальной школе отводится в 1 классе 33 ч. в год (1ч в неделю), во 2-4 классах 34 часов (1 час в неделю). Занятия проводятся по 45 минут в соответствии с нормами СанПиНа. 80% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся на свежем воздухе или в спортзале. Остальное время распределено на всевозможные тематические беседы, часы здоровья, подготовку и проведение различных соревнований и внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни.

Для успешной реализации программы будут использованы Интернет-ресурсы разработки внеклассных мероприятий, презентации, видеоролики, мультфильмы о здоровом образе жизни и т.п.

### **Ценностные ориентиры:**

В своей работе педагог должен ориентироваться не только на усвоение ребёнком знаний и умений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоения знаний, умений и навыков. Педагог учитывает, что ребёнок, изучая себя, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать своё здоровье.

Методика работы с детьми должна строиться в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей.

Содержание занятий желательно наполнять сказочными и игровыми сюжетами и персонажами. Введение игры в занятие позволяет сохранить специфику младшего школьного возраста.

Каждое занятие должно приносить детям чувство удовлетворения, лёгкости и радости.

### **Данная программа строится на принципах:**

-Доступности - содержание курса составлено в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.

-Коллективности – ребёнок получает опыт жизни в обществе, опыт взаимодействия с окружающими, с одноклассниками. Спорт и оздоровление дают юному человеку опыт жизни в обществе, могут создавать условия для позитивно направленных самопознания, самоопределения в здоровом образе жизни, спортивной самореализации.

-Патриотизма – предполагает использование эмоционально окрашенных представлений (образы спортивных общественно значимых и предметов) идентификация себя с Россией, её культурой.

-Культуросообразности предполагает, что спортивно-оздоровительная деятельность школьников должна основываться на общечеловеческих ценностях физической культуры и строиться в соответствии с ценностями и нормами тех или иных национальных культур.

-Обеспечение мотивации.

-Диалогичности предполагает, что духовно-ценностная ориентация детей и их развитие осуществляются в процессе такого взаимодействия педагога и учащихся в спортивно-оздоровительной деятельности, содержанием которого являются обмен ценностями здорового образа жизни и гуманистического понимания телесности, спорта.

-Природосообразности предполагает, что спортивно-оздоровительная деятельность младших школьников основывается на научном понимании взаимосвязи естественных и социальных процессов, согласовывается с общими законами развития природы и человека, воспитывает его сообразно полу и возрасту, а также формирует у него ответственность за развитие самого себя.

-При этом необходимо выделить практическую направленность курса.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

### **Основные направления реализации программы:**

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);
- организация и проведение подвижных и спортивных игр;
- организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- активное использование спортивной площадки и спортивного зала;
- проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;
- проведение совместных мероприятий с родителями и детьми.

### **Формы занятий:**

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- викторины
- конкурсы
- праздники
- часы здоровья

### **Алгоритм работы с подвижными играми.**

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

### **Режим и место проведения занятий:**

Занятия проводятся во второй половине дня, 1 раз в неделю во 2- 4 классах, в 1 классе 1 часа в неделю. Время занятий – 45 минут. Место проведения – спортивные залы, спортивный стадион. Подвижные игры и спортивные праздники проходят по усмотрению учителя на свежем воздухе или в спортивном зале. Конкурсы, беседы, викторины в кабинете в спортивном зале.

**В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащихся начальной школы 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.

## **2.Планируемые результаты освоения программы:**

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по двум уровням.

**Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):** приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; о русских народных играх и играх разных народов; о правилах конструктивной групповой работы; о способах самостоятельного поиска.

**Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):** развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

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;
- проявлять индивидуальные творческие способности;
- 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 класса и учителя;

### **Коммуникативные УУД:**

*Обучающийся научится:*

- работать в 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;
- учиться работать в паре, группе; 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.)

## Календарно-тематическое планирование

Год обучения 2023-2024

Занятие: Спортивные игры 1 Класс

№ п/п	№ занятия	дата		Тема занятия	Вид контроля
		по плану	по факту		
1	1	1 нед		Техника безопасности	
2	2	2 нед		Игра в футбол	
3	3	3 нед		Игра в футбол	
4	4	4 нед		Игра в футбол	
5	5	5 нед		Игра в футбол	
6	6	6 нед		Игра в футбол	
7	7	7 нед		Игры на развитие внимательности	
8	8	8 нед		Игры на развитие внимательности	
9	9	9 нед		Игры на развитие внимательности	
10	10	10 нед		Игры на развитие координации	
11	11	11 нед		Игры на развитие координации	
12	12	12 нед		Игры на развитие координации	
13	13	13 нед		Игры на развитие ловкости	
14	14	14 нед		Игры на развитие ловкости	
15	15	15 нед		Игры на развитие ловкости	
16	16	16 нед		Русские народные игры	
17	17	17 нед		Русские народные игры	
18	18	18 нед		Русские народные игры	
19	19	19 нед		Русские народные игры	
20	20	20 нед		Русские народные игры	
21	21	21 нед		Русские народные игры	
22	22	22 нед		Эстафеты	
23	23	23 нед		Эстафеты	
24	24	24 нед		Эстафеты	
25	25	25 нед		Веселые старты	
26	26	26 нед		Веселые старты	
27	27	27 нед		Веселые старты	
28	28	28 нед		Веселые старты	



29	29	29 нед		Игры на развитие внимательности	
30	30	30 нед		Игры на развитие внимательности	
31	31	31 нед		Игры на развитие ловкости	
32	32	32 нед		Игры на развитие ловкости	
33	33	33 нед		Игры на развитие координации	
34	34	34 нед		Игры на развитие координации	

Год обучения 2023-2024      Занятие: Спортивные игры 2 Класс

№ п/п	№ занятия	дата		Тема занятия	Вид контроля
		по плану	по факту		
1	1	1 нед		Техника безопасности	
2	2	2 нед		Игра в футбол	
3	3	3 нед		Игра в футбол	
4	4	4 нед		Игра в футбол	
5	5	5 нед		Игра в футбол	
6	6	6 нед		Игра в футбол	
7	7	7 нед		Игры на развитие внимательности	
8	8	8 нед		Игры на развитие внимательности	
9	9	9 нед		Игры на развитие внимательности	
10	10	10 нед		Игры на развитие координации	
11	11	11 нед		Игры на развитие координации	
12	12	12 нед		Игры на развитие координации	
13	13	13 нед		Игры на развитие ловкости	
14	14	14 нед		Игры на развитие ловкости	
15	15	15 нед		Игры на развитие ловкости	
16	16	16 нед		Русские народные игры	
17	17	17 нед		Русские народные игры	
18	18	18 нед		Русские народные игры	
19	19	19 нед		Русские народные игры	
20	20	20 нед		Русские народные игры	
21	21	21 нед		Русские народные игры	
22	22	22 нед		Эстафеты	
23	23	23 нед		Эстафеты	

24	24	24 нед		Эстафеты	
25	25	25 нед		Веселые старты	
26	26	26 нед		Веселые старты	
27	27	27 нед		Веселые старты	
28	28	28 нед		Веселые старты	
29	29	29 нед		Игры на развитие внимательности	
30	30	30 нед		Игры на развитие внимательности	
31	31	31 нед		Игры на развитие ловкости	
32	32	32 нед		Игры на развитие ловкости	
33	33	33 нед		Игры на развитие координации	
34	34	34 нед		Игры на развитие координации	

### Календарно-тематическое планирование

Год обучения 2023-2024      Занятие: Спортивные игры 3 Класс

№ п/п	№ занятия	дата		Тема занятия	Вид контроля
		по плану	по факту		
1	1	1 нед		Техника безопасности	
2	2	2 нед		Игра в футбол	
3	3	3 нед		Игра в футбол	
4	4	4 нед		Игра в футбол	
5	5	5 нед		Игра в футбол	
6	6	6 нед		Игра в футбол	
7	7	7 нед		Игры на развитие внимательности	
8	8	8 нед		Игры на развитие внимательности	
9	9	9 нед		Игры на развитие внимательности	
10	10	10 нед		Игры на развитие координации	
11	11	11 нед		Игры на развитие координации	
12	12	12 нед		Игры на развитие координации	
13	13	13 нед		Игры на развитие ловкости	
14	14	14 нед		Игры на развитие ловкости	
15	15	15 нед		Игры на развитие ловкости	
16	16	16 нед		Русские народные игры	

17	17	17 нед		Русские народные игры	
18	18	18 нед		Русские народные игры	
19	19	19 нед		Русские народные игры	
20	20	20 нед		Русские народные игры	
21	21	21 нед		Русские народные игры	
22	22	22 нед		Эстафеты	
23	23	23 нед		Эстафеты	
24	24	24 нед		Эстафеты	
25	25	25 нед		Веселые старты	
26	26	26 нед		Веселые старты	
27	27	27 нед		Веселые старты	
28	28	28 нед		Веселые старты	
29	29	29 нед		Игры на развитие внимательности	
30	30	30 нед		Игры на развитие внимательности	
31	31	31 нед		Игры на развитие ловкости	
32	32	32 нед		Игры на развитие ловкости	
33	33	33 нед		Игры на развитие координации	
34	34	34 нед		Игры на развитие координации	

### Календарно-тематическое планирование

Год обучения 2023-2024      Занятие: Спортивные игры 4 Класс

№ п/п	№ занятия	дата		Тема занятия	Вид контроля
		по плану	по факту		
1	1	1 нед		Техника безопасности	
2	2	2 нед		Игра в футбол	
3	3	3 нед		Игра в футбол	
4	4	4 нед		Игра в футбол	

5	5	5 нед		Игра в футбол	
6	6	6 нед		Игра в футбол	
7	7	7 нед		Игры на развитие внимательности	
8	8	8 нед		Игры на развитие внимательности	
9	9	9 нед		Игры на развитие внимательности	
10	10	10 нед		Игры на развитие координации	
11	11	11 нед		Игры на развитие координации	
12	12	12 нед		Игры на развитие координации	
13	13	13 нед		Игры на развитие ловкости	
14	14	14 нед		Игры на развитие ловкости	
15	15	15 нед		Игры на развитие ловкости	
16	16	16 нед		Русские народные игры	
17	17	17 нед		Русские народные игры	
18	18	18 нед		Русские народные игры	
19	19	19 нед		Русские народные игры	
20	20	20 нед		Русские народные игры	
21	21	21 нед		Русские народные игры	
22	22	22 нед		Эстафеты	
23	23	23 нед		Эстафеты	
24	24	24 нед		Эстафеты	
25	25	25 нед		Веселые старты	
26	26	26 нед		Веселые старты	
27	27	27 нед		Веселые старты	
28	28	28 нед		Веселые старты	
29	29	29 нед		Игры на развитие внимательности	
30	30	30 нед		Игры на развитие внимательности	
31	31	31 нед		Игры на развитие ловкости	
32	32	32 нед		Игры на развитие ловкости	
33	33	33 нед		Игры на развитие координации	
34	34	34 нед		Игры на развитие координации	