

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 313  
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

**РАССМОТРЕНО**

на педагогическом совете  
ГБОУ СОШ № 313  
протокол № 1  
от «31» августа 2022 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБОУ СОШ № 313

\_\_\_\_\_/В.Ю.Морозова/  
приказ № 376  
от «31» августа 2022 г.

**Рабочая программа дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Подвижные игры»**

**1-й год обучения  
Возраст обучающихся: 7-8 лет**

Автор-составитель:  
Панова Екатерина Валентиновна,  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2022-2023 г.

Рабочая программа «Подвижные игры» разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования. Программа по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Занятия по программе «Подвижные» на первом году обучения проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа, всего 72 часа

#### **Условия набора детей:**

Дети принимаются в группу по желанию, по заявлению родителей, при отсутствии медицинских противопоказаний.

**Цель программы** - формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

#### **Задачи программы**

Образовательные:

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству народов ЕАО.
- Расширение кругозора младших школьников.

Развивающие:

- Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Программа направлена на:

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).

— реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

— соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике

поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

— расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

### **Ожидаемый результат реализации программы «Подвижные игры»**

В результате освоения программного материала по программе «Подвижные результаты

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

**Метапредметными результатами** является формирование универсальных учебных действий (УУД).

#### **Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- планировать общую цель и пути её достижения;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- распределять функций и роли в совместной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты;
- осуществлять взаимный контроль;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра и вносить необходимых коррективов;
- учиться работать по определенному алгоритму

#### **Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

#### **Коммуникативные УУД:**

- умение оформлять свои мысли в устной форме слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

#### **Оздоровительные результаты программы**

Первостепенным результатом реализации программы является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;

- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## II. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятий	Планируемая дата	Фактическая дата
1	2	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.		
2	2	Значение подвижных игр для здорового образа жизни.		
3	2	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».		
4	2	Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».		
5	2	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».		
6	2	Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра		

		«Волки, зайцы, лисы».		
<b>7</b>	2	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».		
<b>8</b>	2	История возникновения игр с мячом.		
<b>9</b>	2	Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».		
<b>10</b>	2	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».		
<b>11</b>	2	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».		
<b>12</b>	2	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».		
<b>13</b>	2	Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.		
<b>14</b>	2	Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».		
<b>15</b>	2	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».		
<b>16</b>	2	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».		
<b>17</b>	2	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики».		

		Игра «Выше ножки от земли».		
<b>18</b>	2	Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.		
<b>19</b>	2	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».		
<b>20</b>	2	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».		
<b>21</b>	2	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».		
<b>22</b>	2	Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».		
<b>23</b>	2	Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.		
<b>24</b>	2	Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов».		
<b>25</b>	2	Игра «Клуб ледяных инженеров».Игра «Мяч из круга».		
<b>26</b>	2	Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи».		
<b>27</b>	2	Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.		
<b>28</b>	2	Беговая эстафеты.		
<b>29</b>	2	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)		
<b>30</b>	2	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия		
<b>31</b>	2	Народные игры – основа игровой		

		культуры. Роль и место игры в жизни людей.		
<b>32</b>	2	Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба»		
<b>33</b>	3	Разучивание народных игр. Игра «Чижик»		
<b>34</b>	2	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»		
<b>35</b>	2	Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".		
<b>36</b>		Итоговое занятие. Подведение итогов за учебный год		