

**Негосударственное частное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением английского языка  
«Частная школа «Взмах»**

**ПРИНЯТО**

Решением Педагогического совета  
НОУ «Частная школа «Взмах»  
протокол № 1 от 31 августа 2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор  
НОУ «Частная школа «Взмах»  
\_\_\_\_\_/Писарев В.Р./  
Приказ № 2-д от 31 августа 2023г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
УСИЛЕННО КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**Сертификат: 017FF4F000E0AE5EAB46281511349543AB**  
Владелец: Писарев Виктор Рэмович, генеральный директор  
Действителен: с 07.06.2023 До 07.06.2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ИГРОВОЙ КЛУБ»**

**Направленность:** спортивно-оздоровительная

**Возраст учащихся:** 6-10 лет

**Срок реализации:** 4 года

**Разработчик:**

Лапина Е.Е.

учитель начальных классов  
НОУ «Частная школа «Взмах»

**Санкт-Петербург  
2023 г.**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими документами:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»
- Федеральной образовательной программой начального общего образования, Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 372.Основной образовательной программой начального общего образования НОУ «Частная школа «Взмах»;
- Уставом НОУ «Частная школа «Взмах»;
- Положением об организации внеурочной деятельности обучающихся НОУ «Частная школа «Взмах».

### **Актуальность программы**

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно-сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

Программа курса внеурочной деятельности «Игровой клуб» предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности; формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

### **Место в плане внеурочной деятельности**

Программа рассчитана на 33 часа в 1 классе и 34 часа во 2-4 классах с проведением занятий 1 раз в неделю. Продолжительность занятий 35 минут. Содержание программы отвечает требованиям к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую и умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

**Ценностными ориентирами содержания данной программы являются:**

- Формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- Формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия;
- Развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- Привлечение обучающихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

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

**Основными задачами** данного курса являются:

- Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- Развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- Развитие сообразительности, творческого воображения;
- Развитие коммуникативных умений;
- Воспитание внимания, культуры поведения;
- Создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- Обучение умению работать индивидуально и в группе;
- Развитие природные задатки и способности детей;
- Развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;
- Развитие коммуникативной компетенции младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

### **Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

1. Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.
2. 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.
3. 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. Русские народные игры, изучается в 1-4 классах
2. Игры народов России, изучается во 2-4 классах
3. Подвижные игры, изучается в 1-2 классах
4. Эстафеты, изучается в 1-47 классах

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям – знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным особенностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

**Цели изучения по каждому разделу**

### **«Русские народные игры»**

Провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны. На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

### **«Игры народов России»**

Познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

### **«Подвижные игры»**

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

### **«Эстафеты»**

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

**Личностными результатами** курса «Игровой клуб» 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 «Игровой клуб» является формирование универсальных учебных действий.

*Регулятивные УУД:*

- Определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- Проговаривать последовательность действий во время занятий;
- 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 партнера – 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.
- Младший обучающийся 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.

## **Методическое обеспечение программы**

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении учебного материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

В основу программы легли определенные педагогические принципы:

- Принцип субъектности познающего сознания. Педагог и учащийся определяются активными субъектами образования.
- Принцип дополненности. Монолог педагога уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности.
- Принцип открытости учебной и воспитательной информации. Мир знаний «открывается» перед учащимися благодаря работе его сознания, как главной личной ценности. Педагог не «преподносит» знания в готовом для понимания виде, а придает им контекст открытия.
- Принцип уважения к личности ребенка в сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна, если продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности.
- Принцип сознательности и активности учащихся предполагает создание условий для активного и сознательного отношения учащихся к обучению, условий для осознания учащимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков.
- Принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения.
- Принцип преемственности, последовательности и систематичности заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития.
- Принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики «от простого к сложному, от известного к неизвестному».

## Тематическое планирование

№	Разделы	Кол-во часов
<b>1 класс</b>		
1	Русские народные игры	8
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	8
	итого	33
<b>2 класс</b>		
1	Русские народные игры	11
2	Подвижные игры	8
3	Эстафеты	8
4	Игры народов России	7
	итого	34
<b>3 класс</b>		
1	Русские народные игры	11
2	Эстафеты	6
3	Игры народов России	17
	итого	34
<b>4 класс</b>		
1	Русские народные игры	19
2	Эстафеты	8
3	Игры народов России	7
	итого	34

## Календарно-тематическое планирование.

### 1 класс

№	Тема занятия	Дата	Примечание
1.	Гуси-лебеди		
2.	У медведя во бору		
3.	Филин и пташки		
4.	Палочка-выручалочка		
5.	Блуждающий мяч		
6.	Классики		
7.	Ловишка в кругу		
8.	Пчелки и ласточки		
9.	К своим флажкам		
10.	Кот идет		
11.	Северный и южный ветер		
12.	Соревнования скороходов		
13.	Колдунчики		
14.	Аисты		
15.	Пчелы и медведи		
16.	Хитрая лиса		
17.	Ловишки с приседаниями		
18.	Переправа с досками		
19.	Туннель		
20.	Собери урожай		
21.	На погрузке арбузов		

22.	Принеси мяч		
23.	Успей перебежать		
24.	С мячом		
25.	Веселые старты		
26.	Совушка		
27.	Мышеловка		
28.	Пустое место		
29.	Карусель		
30.	Кто быстрее		
31.	Конники и спортсмены		
32.	Лягушата и цыплята		
33.	Карлики и великаны		

### Календарно-тематическое планирование.

#### 2 класс

№	Тема занятия	Дата	Примечание
1.	Русская народная игра «Жмурки»		
2.	Русская народная игра «Кот и мышь»		
3.	Русская народная игра «Горелки»		
4.	Русская народная игра «Салки»		
5.	Русская народная игра «Пятнашки»		
6.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		
7.	Русская народная игра «Фанты»		
8.	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»		
9.	Русская народная игра «Волк»		
10.	Русская народная игра «Птицелов»		
11.	Подвижная игра «Совушка»		
12.	Подвижная игра «Мышеловка»		
13.	Подвижная игра «Пустое место»		
14.	Подвижная игра «Карусель»		
15.	Подвижная игра «Кто быстрее»		
16.	Подвижная игра «Конники-спортсмены»		
17.	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»		
18.	Подвижная игра «Карлики и великаны»		
19.	Эстафета «Передача мяча»		
20.	Эстафета «С мячом»		
21.	Эстафета зверей		
22.	Эстафета «Быстрые и ловкие»		
23.	Эстафета «Вызов номеров»		
24.	Эстафета по кругу		
25.	Эстафета с обручем		
26.	Эстафета со скакалкой		
27.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»		
28.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»		
29.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»		
30.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»		
31.	Марийская народная игра «Катание мяча»		
32.	Татарская народная игра «Серый волк»		

33.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»		
34.	Чувашская игра «Рыбки»		

### Календарно-тематическое планирование.

#### 3 класс

№	Тема занятия	Дата	Примечание
1.	Русская народная игра «Краски»		
2.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»		
3.	Русская народная игра «Ляпка»		
4.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»		
5.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»		
6.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»		
7.	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»		
8.	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик»		
9.	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть»		
10.	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень»		
11.	Марийская народная игра «Катание мяча»		
12.	Татарская народная игра «Серый волк»		
13.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»		
14.	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка»		
15.	Чечено-ингушская игра «Чиж»		
16.	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»		
17.	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»		
18.	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»		
19.	Чувашская игра «Рыбки»		
20.	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»		
21.	Эстафета «Вызов номеров»		
22.	Эстафета по кругу		
23.	Эстафета с обручем		
24.	Эстафета с мячом		
25.	Эстафета «Быстрые и ловкие»		
26.	Эстафета «Встречная»		
27.	Русская народная игра «Салки»		
28.	Русская народная игра «Пятнашки»		
29.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		
30.	Русская народная игра «Фанты»		
31.	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»		
32.	Русская народная игра «Волк»		
33.	Русская народная игра «Птицелов»		
34.	Русская народная игра «Горелки»		

### Календарно-тематическое планирование.

**4 класс**

№	Тема занятия	Дата	Примечание
1.	Русская народная игра «Жмурки»		
2.	Русская народная игра «Кот и мышь»		
3.	Русская народная игра «Горелки»		
4.	Русская народная игра «Салки»		
5.	Русская народная игра «Пятнашки»		
6.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		
7.	Русская народная игра «Фанты»		
8.	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»		
9.	Русская народная игра «Волк»		
10.	Русская народная игра «Птицелов»		
11.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»		
12.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»		
13.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»		
14.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»		
15.	Марийская народная игра «Катание мяча»		
16.	Татарская народная игра «Серый волк»		
17.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»		
18.	Чувашская игра «Рыбки»		
19.	Эстафета «Передача мяча»		
20.	Эстафета со скакалкой		
21.	Эстафета «С мячом»		
22.	Эстафета зверей		
23.	Эстафета «Быстрые и ловкие»		
24.	Эстафета «Вызов номеров»		
25.	Эстафета по кругу		
26.	Эстафета с обручем		
27.	Русская народная игра «Салки»		
28.	Русская народная игра «Пятнашки»		
29.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		
30.	Русская народная игра «Краски»		
31.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»		
32.	Русская народная игра «Третий лишний»		
33.	Русская народная игра «Пятнашки»		
34.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		

### **Список литературы**

1. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя
2. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
3. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева - Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.
4. Физическая культура. 1 - 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е. , Цандыков В.Э. - М.: Баласс, 2012.-128с.
5. Физическая культура: учебное пособие /В.Л.Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. - Кемерово: изд-во КРИПКиПРО, 2008,- 140с.