

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД АРМАВИР КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –**  
**СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 7 ИМЕНИ Г.К. ЖУКОВА**

**УТВЕРЖДЕНО**  
решением педагогического совета  
от «30» августа 2022 года, протокол №1  
Председатель педагогического совета,  
директор школы  
\_\_\_\_\_ Р.Ю. Шаламов

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

тематическая  
(тип программы)

секция  
**«От игры к спорту»**  
(наименование курса)

3 года  
(срок реализации программы)

102 часа  
(количество часов)

6,5 – 10 лет  
(возраст обучающихся)

**Аракелян Галина Владимировна**  
(Ф.И.О. учителя, составителя)

Рабочая программа секции «От игры к спорту» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе программы по «Физической культуре» В.И. Ляха, М. «Просвещение», 2016г.  
УМК «Школа России»

Год составления 2022г.

## **1. Пояснительная записка**

**Целью** программы является 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**:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазаньи, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

## **2. Планируемые результаты**

– **Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными** результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

**Регулятивные УУД:**

умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

#### **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:**

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;

– учиться выполнять различные роли в группе.

Формы достижения результатов третьего уровня: викторины, конкурсы, ролевые игры.

Формы контроля результатов третьего уровня: оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ); результативность участия в конкурсных программах и др.

### **Личностные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

*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; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

Выпускник получит возможность научиться:

- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;

### **Регулятивные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

### **Познавательные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;

- проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать аналогии;

Выпускник получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

### 3. Таблица тематического распределения количества часов

№ п/п	Разделы, темы	авторская программа	2 кл.	3 кл.	4 кл.
2.	Старинные подвижные игры	34	34	-	-
3.	Русские народные игры и забавы	34	-	34	-
4.	Русские игровые традиции	34	-	-	34
		<b>102 ч</b>	34ч	34ч	34ч

## 4. Содержание предмета внеурочной деятельности

### Раздел 2 Старинные подвижные игры (34 ч.)

#### 2 класс

Тема 1 Здоровый образ жизни (1ч)

Беседа на тему «Если хочешь быть здоров...»

Тема 2 Здоровье в порядке - спасибо зарядке! (1ч)

Комплекс упражнений для утренней гимнастики.

Тема 3 Личная гигиена (1ч)

Правила личной гигиены

Тема 4 Профилактика травматизма (3ч)

Правила по ТБ.

Тема 5 Нарушение осанки (2ч)

Упражнения для укрепления осанки. Упражнения укрепляющего характера.

Тема 6 Старинные подвижные игры. Культура и этикет (26 ч)

«Двенадцать палочек», «Катание яиц», «Чижик», «Пустое место», «Городки», «Пятнашки», «Волки и овцы», «Намотай ленту». «Лапта», «Без соли соль», «Чет-нечет», «Серый волк», «Ловись, рыбка, большая и маленькая», «Платок», «Кто боится колдуна?», «Догонялки на санках», «Лучники»,

«Волк», «Камнепад», «Горелки», «Шаровки», «Штандер», «Рыбки», «Бабки», «Казачи-разбойники», «Пятнашки со скакалкой», «Кот и мыши», «Птица и клетка», «Али – баба», «Белки, зайцы, мышки», «Двенадцать палочек», «Пятнашки», «Хвост дракона», «Чай – чай-выручай», «Пустое место», «Машина едет, едет. Стоп!», «Светофор», «Колечко», «Выше ножки от земли», «Перестрелка», «Замри», «Вышибалы», «Капканы», «Прятки».

### **Раздел 3 Русские народные игры и забавы (34 ч.)**

#### **3 класс**

Тема 1 Здоровый образ жизни (1ч)

Кого мы можем считать здоровым человеком (беседа).

Тема 2 Здоровье в порядке - спасибо зарядке! (1ч)

Комплекс упражнений утренней гимнастики.

Тема 3 Личная гигиена (1ч)

Правила личной гигиены.

Тема 4 Профилактика травматизма (3ч)

Правила ТБ.

Тема 5 Нарушение осанки (1ч)

Упражнения для укрепления осанки

Тема 6 Русские народные игры и забавы (27ч)

«Щука», «Водяной», «Третий лишний», «На золотом крыльце сидели», «Кандалы», «Ворота», «Слон», «Козёл», «Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Прыгуны», «Лошади», «Птичка и клетка», «Северный и южный ветер», «Бой петухов», «Караси и щука», «Лиса в курятнике», «Река и ров», «Горячая картошка», «Заяц без логова», «Подвижная цель», «Бредень», «Заколдованный замок», «Али – баба», «Два Мороза», «Жар – птица», «Перетягивание воза», «Горелки», «Гуси – лебеди», «Бой петухов», «Лапта», «Блуждающий мяч», «У медведя во бору», «Филин и пташки», «Кот и мыши», «Жмурки», «Гори, гори ясно!», «Птицелов», «Охотник и зайцы», «Волк», «Карлики и великаны», «Чай – чай выручай!», «Вышибалы», «Штандер», «Мышеловка», эстафеты с мячом «Перенеси мяч», эстафеты зверей, эстафеты «Вызов номеров», эстафеты «Весёлые старты», эстафеты с обручами, эстафеты «Быстрые и ловкие».

### **Раздел 4 Русские игровые традиции (34ч.)**

#### **4 класс**

Тема 1 Здоровый образ жизни (1ч)

Кого мы можем считать здоровым человеком (беседа).

Тема 2 Здоровье в порядке - спасибо зарядке! (1ч)

Комплекс упражнений утренней гимнастики.

Тема 3 Личная гигиена (1ч)

Что такое гигиена. Правила личной гигиены.

Тема 4 Профилактика травматизма (2ч)

Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса.

Тема 5 Нарушение осанки (1ч)

Упражнения для укрепления осанки

Тема 6 Русские игровые традиции (28ч)

«Зазывалки», «Жребий», «Волки во рву», «Волки и овцы», «Медведь и вожак», «Водяной», «Невод», «Чехарда», «Птицелов», «Жмурки», «Дуга», «Кот и мышь», «Ляпка», «Заря», «Гуси», «Удар по веревочке», «Зайки», «Прыганье со связанными ногами», «У медведя во бору», «Гуси», «Бой петухов», «Переездной конь», «Зелёная репка», «Дударь», «Капустка», «Солнышко», «В круги», «Медом или сахаром», «Горячее место», «Бездомный заяц», «Скакалка-подсекалка», «Коршун и наседка», «Медведь и вожак», «Пастух и стадо», «Мышеловка», «Филин и пташки», «Птицелов», «Воевода», «Лиса в курятнике», «Капканы», «Двенадцать палочек», «Гори, гори ясно!», «Пустое место», «Чехарда», «Штандер», «Караси и щука», «Два Мороза», «Вышибалы», «Рыбки».

#### **Формы и методы работы.**

Программа предусматривает проведение учебных занятий различной форме:

1. Работа в парах.
2. Групповые формы работы.
3. Индивидуальная работа.
4. Самооценка и самоконтроль.
5. Взаимооценка и взаимоконтроль

Формы организации деятельности:

- Конкурс.
- Игра.
- Путешествие.
- Экскурсии

#### **Направления проектной деятельности учащихся**

##### **2 класс**

Проект «Игры нашего края»

Проект «Здоровый образ жизни»

Проект «Движение – это...»

Проект «Интеллектуальные игры»

##### **3 класс**

Проект «В здоровом теле – здоровый дух».

Проект «Игровые традиции»

Проект «Игры за столом»

##### **4 класс**

Проект «Игры в моей семье...»

Проекты по желанию

2 класс- внеаудиторных занятий- 26, аудиторных- 8,

3 класс- внеаудиторных занятий – 27, аудиторных- 7,

4 класс- внеаудиторных занятий – 28, аудиторных- 6.

#### **5. Тематическое планирование**

## 2 класс «Старинные подвижные игры»

№	Тема	Кол-во часов	Аудит	Внеаудит	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
1	Здоровый образ жизни.	1	<b>1</b>		<p>Определять характер взаимоотношений человека и природы, находить пример влияния этих отношений на природные объекты, здоровье и безопасность человека;</p> <p>•понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения ;</p> <p>•использовать знания о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья;</p> <p>•играть в игры, комплексно воздействующие на организм ребенка;</p> <p>•уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе игры.</p>
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1	<b>1</b>		
3	Личная гигиена.	1	<b>1</b>		
4	Профилактика травматизма.	3	<b>3</b>		
5	Нарушение осанки.	2	<b>2</b>		
6	Современные подвижные игры.	26	<b>0</b>	<b>26</b>	
	Итого:	34	<b>8</b>	<b>26</b>	

## 3 класс «Русские народные игры и забавы»

№	Тема	Кол-во часов	Аудит	Внеаудит	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
1	Здоровый образ жизни.	1	1		<p>• Соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы во время игры;</p> <p>•помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей;</p> <p>• быть честным, дисциплинированным , активным во время проведения подвижных игр,</p> <p>•понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения ;</p> <p>•использовать знания о</p>
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1	1		
3	Личная гигиена.	1	1		
4	Профилактика травматизма.	3	2		
5	Нарушение осанки.	1	1		
6	Современные подвижные игры.	27	0	27	

					строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья; •играть в игры, комплексно воздействующие на организм ребенка.
	Итого:	34	7	27	

#### 4 класс «Русские игровые традиции»

№	Тема	Кол-во часов	Аудит	Внеаудит	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
1	Здоровый образ жизни.	1	1		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Быть честным, дисциплинированным , активным во время проведения подвижных игр,</li> <li>•понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения ;</li> <li>•использовать знания о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья;</li> <li>•играть в игры, комплексно воздействующие на организм ребенка,</li> <li>Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями;</li> <li>•владеть мячом: держание, передачи на расстояние до 5 м, ловля , ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр;</li> <li>• соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы во время игры.</li> </ul>
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1	1		
3	Личная гигиена.	1	1		
4	Профилактика травматизма.	2	2		
5	Нарушение осанки.	1	1		
6	Современные подвижные игры.	28	0	28	
	Итого:	34	6	28	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания  
методического объединения  
учителей начальных классов  
МАОУ СОШ № 7 им. Г.К. Жукова  
от « 26 » августа 2022 года № 1  
\_\_\_\_\_ Письменная О.Ю.  
подпись руководителя МО Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Бондарева С.И.  
подпись Ф.И.О.  
« \_\_ » августа 2021 года

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 226532536287478012381166593962040472429943183994

Владелец Шаламов Роман Юрьевич

Действителен с 23.08.2022 по 23.08.2023