

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №15 города Тюмени

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании МО  
учителей начальных классов  
Протокол от 30.08.2023 №1  
Руководитель МО

Жиделева Е. В. Жиделева

**СОГЛАСОВАНО**  
Заведующий учебной частью  
30.08.2023

И.Н.Велижанина / И.Н.Велижанина

**УТВЕРЖДЕНО**  
Приказом директора МАОУ СОШ №15  
города Тюмени от 01.09.2023 № 18-п



/И.В.Носова

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по платным дополнительным образовательным услугам**

**«Спортивная студия»**

**1-4 классы**

**Срок реализации: 2 года**

**Авторы программы:** Коваль А.В., учитель физической культуры

2023 – 2024 учебный год

## Содержание

|   |  |
|---|--|
| 1. Аннотация .....  | <b>Ошибка! Закладка не определена.</b> |
| 2. Планируемые результаты освоения дополнительных образовательных услуг .....                               | 4                                      |
| 3. Содержание курса дополнительных образовательных услуг .....  | 5                                      |
| 4. Тематическое планирование, в том числе с содержанием курса формирования функциональной грамотности ..... | 8                                      |

## Аннотация

Рабочая программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности обучающихся начальной школы (Москва, Просвещение, 2011 г.)

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.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

### **Планируемые результаты дополнительной образовательной программы**

#### **Личностными результатами кружка «Спортивная студия»**

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 кружка «Спортивная студия»**

является формирование универсальных учебных действий (УУД).

- Регулятивные УУД:
  - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
  - проговаривать последовательность действий во время занятия;
  - 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 партнёра — 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.

### Содержание дополнительной образовательной программы

Программа 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.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу «Спортивная студия» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

1. раздел - «Русские народные игры», изучается с 1-го по 4-й класс.
2. раздел - «Игры народов России», изучается со 2 по 4-й класс.
3. раздел - «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.
4. раздел - «Эстафеты», изучается в 1-4-х классах.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. 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.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

цели изучения по каждому разделу

### **«Русские народные игры»**

Цели: 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»**

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

### **«Подвижные игры»**

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

### **«Эстафеты»**

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

**Тематическое планирование  
1-й класс (33 часа)**

| № п/п | Тема занятия            | Кол-во | Дата |
|-------|-------------------------|--------|------|
| 1     | Гуси-лебеди             | 1      |      |
| 2     | У медведя во бору       | 1      |      |
| 3     | Филин и пташки          | 1      |      |
| 4     | Палочка- выручалочка    | 1      |      |
| 5     | Блуждающий мяч          | 1      |      |
| 6     | Классики                | 1      |      |
| 7     | Ловушка в кругу         | 1      |      |
| 8     | Пчелки и ласточки       | 1      |      |
| 9     | К своим флажкам         | 1      |      |
| 10    | Кот идет                | 1      |      |
| 11    | Северный и южный ветер  | 1      |      |
| 12    | Соревнования скороходов | 1      |      |
| 13    | Колдунчики              | 1      |      |
| 14    | Аисты                   | 1      |      |
| 15    | Пчелы и медведи         | 1      |      |
| 16    | Хитрая лиса             | 1      |      |
| 17    | Ловушки с приседаниями  | 1      |      |
| 18    | Переправа с досками     | 1      |      |
| 19    | Туннель                 | 1      |      |

|    |                     |    |  |
|----|---------------------|----|--|
| 20 | Собери урожай       | 1  |  |
| 21 | На погрузке арбузов | 1  |  |
| 22 | Принеси мяч         | 1  |  |
| 23 | Успей перебежать    | 1  |  |
| 24 | С мячом             | 1  |  |
| 25 | Весёлые старты      | 1  |  |
| 26 | Совушка             | 1  |  |
| 27 | Мышеловка           | 1  |  |
| 28 | Пустое место        | 1  |  |
| 29 | Карусель            | 1  |  |
| 30 | Кто быстрее?        | 1  |  |
| 31 | Конники-спортсмены  | 1  |  |
| 32 | Лягушата и цыплята  | 1  |  |
| 33 | Карлики и великаны  | 1  |  |
|    | <b>Итого:</b>       | 33 |  |

**Поурочно - тематическое планирование  
по кружку «Спортивная студия»  
2-й класс (34 часа)**

| №<br>п/п | Тема занятия                             | Кол<br>-во | Дата |
|----------|--|------------|------|
| 1        | Русская народная игра «Жмурки»           | 1          |      |
| 2        | Русская народная игра «Кот и мышь»       | 1          |      |
| 3        | Русская народная игра «Горелки»          | 1          |      |
| 4        | Русская народная игра «Салки»            | 1          |      |
| 5        | Русская народная игра «Пятнашки»         | 1          |      |
| 6        | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1          |      |
| 7        | Русская народная игра «Фанты»            | 1          |      |

|    |   |   |  |
|----|---|---|--|
| 8  | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»        | 1 |  |
| 9  | Русская народная игра «Волк»                          | 1 |  |
| 10 | Русская народная игра «Птицелов»                      | 1 |  |
| 11 | Подвижная игра «Совушка»                              | 1 |  |
| 12 | Подвижная игра «Мышеловка»                            | 1 |  |
| 13 | Подвижная игра «Пустое место»                         | 1 |  |
| 14 | Подвижная игра «Карусель»                             | 1 |  |
| 15 | Подвижная игра «Кто быстрее?»                         | 1 |  |
| 16 | Подвижная игра «Конники-спортсмены»                   | 1 |  |
| 17 | Подвижная игра «Лягушата и цыплята»                   | 1 |  |
| 18 | Подвижная игра «Карлики и великаны»                   | 1 |  |
| 19 | Эстафета «Передача мяча»                              | 1 |  |
| 20 | Эстафета «С мячом»                                    | 1 |  |
| 21 | Эстафета зверей                                       | 1 |  |
| 22 | Эстафета «Быстрые и ловкие»                           | 1 |  |
| 23 | Эстафета «Вызов номеров»                              | 1 |  |
| 24 | Эстафета по кругу                                     | 1 |  |
| 25 | Эстафета с обручем                                    | 1 |  |
| 26 | Эстафета со скакалкой                                 | 1 |  |
| 27 | Русская народная игра «Гори, гори ясно!»              | 1 |  |
| 28 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»        | 1 |  |
| 29 | Бурятская народная игра «Ищем палочку»                | 1 |  |
| 30 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними | 1 |  |
| 31 | Марийская народная игра «Катание мяча»                | 1 |  |
| 32 | Татарская народная игра «Серый волк»                  | 1 |  |

|    |   |    |  |
|----|---|----|--|
| 33 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 1  |  |
| 34 | Чувашская игра «Рыбки»                            | 1  |  |
|    | <b>Итого:</b>                                     | 34 |  |

**Поурочно - тематическое планирование  
по кружку «Спортивная студия»  
3-й класс (34 часа)**

| №<br>п/п | Тема занятия   | Ко<br>л- | Дата |
|----------|--|----------|------|
| 1        | Русская народная игра «Краски»                                   | 1        |      |
| 2        | Русская народная игра «Гори, гори ясно»                          | 1        |      |
| 3        | Русская народная игра «Ляпка»                                    | 1        |      |
| 4        | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»                   | 1        |      |
| 5        | Бурятская народная игра «Ищем палочку»                           | 1        |      |
| 6        | Дагестанские народные игры «Выбей из круга»,<br>«Подними платок» | 1        |      |
| 7        | Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»                  | 1        |      |
| 8        | Калмыцкие народные игры «Прятки»                                 | 1        |      |
| 9        | Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»                        | 1        |      |
| 10       | Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»                        | 1        |      |
| 11       | Марийская народная игра «Катание мяча»                           | 1        |      |
| 12       | Татарская народная игра «Серый волк»                             | 1        |      |
| 13       | Якутские народные игры «Сокол и лиса»,<br>«Пятнашки»             | 1        |      |
| 14       | Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый»                      | 1        |      |
| 15       | Чечено-ингушская игра «Чиж»                                      | 1        |      |

|    |   |    |  |
|----|---|----|--|
| 16 | Тувинские народные игры «Стрельба в мишень»,                    | 1  |  |
| 17 | Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»                    | 1  |  |
| 18 | Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»                       | 1  |  |
| 19 | Чувашская игра «Рыбки»  | 1  |  |
| 20 | Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз» | 1  |  |
| 21 | Эстафета «Вызов номеров»  | 1  |  |
| 22 | Эстафета по кругу   | 1  |  |
| 23 | Эстафета с обручем  | 1  |  |
| 24 | Эстафета с мячом  | 1  |  |
| 25 | Эстафета «Быстрые и ловкие»                                     | 1  |  |
| 26 | Эстафета «Встречная»  | 1  |  |
| 27 | Русская народная игра «Салки»                                   | 1  |  |
| 28 | Русская народная игра «Пятнашки»                                | 1  |  |
| 29 | Русская народная игра «Охотники и зайцы»                        | 1  |  |
| 30 | Русская народная игра «Фанты»                                   | 1  |  |
| 31 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»                  | 1  |  |
| 32 | Русская народная игра «Волк»                                    | 1  |  |
| 33 | Русская народная игра «Птицелов»                                | 1  |  |
| 34 | Русская народная игра «Горелки»                                 | 1  |  |
|    | <b>Итого:</b>   | 34 |  |

**Поурочно - тематическое планирование  
по кружку «Спортивная студия» 4-й класс (34 часа)**

| № п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Дата |
|-------|--------------|--------------|------|
|-------|--------------|--------------|------|

|    |   |   |  |
|----|---|---|--|
| 1  | Русская народная игра «Жмурки»                                | 1 |  |
| 2  | Русская народная игра «Кот и мышь»                            | 1 |  |
| 3  | Русская народная игра «Горелки»                               | 1 |  |
| 4  | Русская народная игра «Салки»                                 | 1 |  |
| 5  | Русская народная игра «Пятнашки»                              | 1 |  |
| 6  | Русская народная игра «Охотники и зайцы»                      | 1 |  |
| 7  | Русская народная игра «Фанты»                                 | 1 |  |
| 8  | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»                | 1 |  |
| 9  | Русская народная игра «Волк»                                  | 1 |  |
| 10 | Русская народная игра «Птицелов»                              | 1 |  |
| 11 | Русская народная игра «Гори, гори ясно!»                      | 1 |  |
| 12 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»                | 1 |  |
| 13 | Бурятская народная игра «Ищем палочку»                        | 1 |  |
| 14 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1 |  |
| 15 | Марийская народная игра «Катание мяча»                        | 1 |  |
| 16 | Татарская народная игра «Серый волк»                          | 1 |  |
| 17 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»             | 1 |  |
| 18 | Чувашская игра «Рыбки»  | 1 |  |

|    |  |   |  |
|----|--|---|--|
| 19 | Эстафета «Передача мяча»                 | 1 |  |
| 20 | Эстафета со скакалкой                    | 1 |  |
| 21 | Эстафета «С мячом»                       | 1 |  |
| 22 | Эстафета зверей                          | 1 |  |
| 23 | Эстафета «Быстрые и ловкие»              | 1 |  |
| 24 | Эстафета «Вызов номеров»                 | 1 |  |
| 25 | Эстафета по кругу                        | 1 |  |
| 26 | Эстафета с обручем                       | 1 |  |
| 27 | Русская народная игра «Салки»            | 1 |  |
| 28 | Русская народная игра «Пятнашки»         | 1 |  |
| 29 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |
| 30 | Русская народная игра «Краски»           | 1 |  |
| 31 | Русская народная игра «Гори, гори ясно»  | 1 |  |
| 32 | Русская народная игра «Третий лишний»    | 1 |  |
| 33 | Русская народная игра «Пятнашки»         | 1 |  |
| 34 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |