

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Гимназия № 587  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Решением педагогического совета  
ГБОУ Гимназия №587  
Протокол № 1  
от « 29 » августа 2025 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ Гимназия № 587  
С. Е. Кузнецова  
Приказ № 400  
« 29 » августа 2025 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
курса внеурочной деятельности  
«Играем на 5 с плюсом»  
для обучающихся 3 классов  
2025 - 2026 учебный год

Составлена учителем начальных классов  
высшей квалификационной категории  
Ивановой С.М.

## Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности по **спортивно-оздоровительному** направлению " Играем на пять с плюсом " составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования и является структурным элементом содержательного раздела Начальной образовательной программы начального общего образования ГБОУ Гимназия №587 Фрунзенского района Санкт — Петербурга утверждённой приказом № 400 от 29.08.2025 .

Рабочая программа ориентирована на учащихся 3 классов и направлена на реализацию образовательных стандартов начальной ступени обучения

### Место программы в учебном плане

Рабочая программа по **спортивно-оздоровительному** направлению ориентирована на учащихся 3 классов и направлена на реализацию образовательных стандартов на начальной ступени обучения. Рассчитана на 1 учебный год по 3 час в неделю. Всего 102 ч в год.

### Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В результате реализации программы «Играем на пять с плюсом» предполагается достижение определённых результатов.

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Играем на 5 с плюсом» является формирование следующих умений:

#### 1) гражданского воспитания:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны, в том числе в сопоставлении с ситуациями, отражёнными в литературных произведениях, написанных на русском языке;

неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;

представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;

готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

готовность к участию в гуманитарной деятельности (помощь людям, нуждающимся в ней);

## **2) патриотического воспитания:**

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, к истории и культуре Российской Федерации, культуре своего края, народов России, ценностное отношение к достижениям своей Родины – России, к науке, искусству, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

## **3) духовно-нравственного воспитания:**

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора, готовность оценивать своё поведение, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

## **4) эстетического воспитания:**

восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства, осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения;

осознание важности здорового образа жизни как пути к воспитанию эмоционально и физически красивому типу личности

## **5) физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

осознание ценности жизни с опорой на собственный жизненный и читательский опыт, ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, рациональный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья, соблюдение правил безопасности;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать своё эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других, использовать адекватные языковые средства для выражения своего состояния, в том числе опираясь на примеры из литературных произведений, написанных на русском языке, сформированность навыков рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека;

## **6) трудового воспитания:**

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в уважение к труду и результатам трудовой деятельности, осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

умение рассказать о своих планах на будущее;

#### **7) экологического воспитания:**

ориентация на применение знаний из области социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды, умение точно, логично выражать свою точку зрения на экологические проблемы;

**8) адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:**

освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды;

потребность во взаимодействии в условиях неопределённости, открытость опыту и знаниям других, потребность в действии в условиях неопределённости, в повышении уровня своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, получать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других, необходимость в формировании новых знаний, умений связывать образы, формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее неизвестных, осознание дефицита собственных знаний и компетенций, планирование своего развития, умение оперировать основными понятиями, терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития, анализировать и выявлять взаимосвязь природы, общества и экономики, оценивать свои действия с учётом влияния на окружающую среду, достижения целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;

способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, опираясь на жизненный, речевой и читательский опыт, воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер; оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия; формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в сложившейся ситуации, быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

**Предметные результаты** характеризуют опыт учащихся в творческой деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения программы:

В познавательной сфере:

- познавать мир через игровую деятельность, представлять место и роль игр в жизни человека и общества;
- приобретать практические навыки и умения.

В ценностно-ориентационной сфере:

- понимать ценность культуры разных народов мира и место в ней отечественной культуры;
- уважать культуру других народов; осваивать эмоционально-ценностное отношение к жизни, духовно-нравственный потенциал,

аккумулированный в играх; ориентироваться в системе моральных норм и ценностей.

В коммуникативной сфере:

- ориентироваться в социально-эстетических и информационных коммуникациях;
- организовывать диалоговые формы общения с со сверстниками.

В трудовой сфере:

- применять различные материалы и техники в организации игровой деятельности.

## **Содержание программы.**

### **1. Вводное занятие. Все дети любят играть 2ч**

Знакомство с понятием «игра», видами игр, историей игр. Как передается игровая культура. Значение правил в процессе игры. Техника безопасности. Игра по выбору.

### **2. Эстафеты на полосе препятствий 5ч**

Для эстафеты устанавливают два ряда препятствий (скамейки, барьеры, обозначенный окоп). Две команды становятся в колонны по одному за общей чертой. По сигналу головные игроки обеих команд выбегают вперёд, преодолевают препятствия и возвращаются обратно, минуя эти препятствия. Прибежавший, дотронувшись до руки очередного игрока, встаёт в конец колонны. Игра заканчивается, когда все члены команды выполняют задание, - головной игрок поднимает руку вверх. Выигрывает команда, игроки которой быстрее заканчивают эстафету. Бег начинается по сигналу руководителя. Преодоление всех препятствий обязательно. За каждое нарушение насчитываются штрафные очки.

### **3. Игры с буквами и словами 5ч**

«Волшебные буквы», «Да и «нет» не говори», «Три стихии», «Слово по буквам», «Ассоциации». Игры средней активности.

### **4. Игры в рекреации. 5ч**

Техника безопасности при играх на переменах и в группе продленного дня. «Колечко», «Летел Лебедь», «Твистер», «Море волнуется»

### **5. Игры на стадионе 8 ч**

ТБ при играх на свежем воздухе. «Вышибалы», «Ищем палочку», «Передача мяча», «Ключи» и др.

### **6. Игры на сплочение 5ч**

«Автопортрет», «Визитная карточка», «Виноград», «Сиамские близнецы», «Молекулы».

### **7. «Математические игры 5ч**

Для игры строится игровое упражнение «Ромб» – вверху слова из 3 букв, с каждой строчкой добавляется одна буква, а затем все идет на убывание. Внешне столбик слов напоминает ромб, поэтому так и называется. Детям предлагается запомнить слово, сфотографировать его, а потом записать. Слова показываются по одному, начиная сверху. Дети записывают слова, когда дописано последнее слово, проверяется, как сработал «фотоаппарат». В игре используются квадратная таблица на 16 или 25 клеток. В этом

квадрате расположены числа от 1 до 25 в произвольном порядке. Задания по таблице Шульте могут быть разными: показать и назвать все числа в порядке возрастания (убывания); назвать и показать только четные числа или нечетные.

#### **8. Игры на стадионе. Командные игры 10 ч**

Беседа по технике безопасности при играх на стадионе. Футбол. Игра «Передай мяч». Пионербол. Итоговый турнир

#### **9. Игры на внимание 5ч**

«Посмотри и запомни», «Что изменилось», «Что общего», «Фотоаппарат», «Составь пары»

#### **10. Игры на игровой площадке 7 ч**

Игры из изученных ранее по желанию учащихся

#### **11. Викторины по учебным предметам 5ч**

Шуточные викторины по знаниям основных предметов.

#### **12. Игры на правила дорожного движения 10ч**

Игра «Назови правила ДД». «Дорожный лабиринт», «Скорая помощь и другие», «Знай дорожные знаки», «Угадай машину»

Экскурсии для закрепления ПДД: «Главные улицы нашего района», «Перекрестки вокруг школы», «Дорога до киноклуба», «Идем в магазин», проект «Дорога до школы и обратно».

#### **13. Игры народов мира 10ч**

Немецкая игра «Пожарная команда, Бразильская игра «Больная кошка», Украинская игра «Хромая утка», Русская народная игра «Ручеёк». И другие.

#### **14. Настольные игры 7ч**

«Домино», «Шашки», «Крестики-нолики» и другие

#### **15. Театральные игры 8ч**

Постановка с использованием кукол, изготовленных учениками. Дети знакомятся со сценарием постановки, распределяют и учат роли, готовят декорации и кукол, репетируют сценку для показа первоклассникам

#### **16. Итоги 5ч**

**Викторина «Пойми меня».** Дети делятся на две команды, придумывают названия, распределяют роли. Затем соревнуются в конкурсах на объяснение слов и подборе ассоциаций. **Итоговая игра «Звёздный час».** Дети распределяют роли для участия в викторине (участники, ведущий, судьи), готовят реквизит. Затем проводятся конкурсы на составление слов и ответы на вопросы, в которых дети зарабатывают звезды. Выигрывает команда, набравшая больше звезд. **Итоговые «Веселые старты»**

<b>№</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Учебные часы</b>
1.	Вводное занятие. Все дети любят играть	2
2.	Эстафеты на полосе препятствий	5
3.	Игры с буквами и словами	5
4.	Игры в рекреации	5
5.	Игры на стадионе	8
6.	Игры на сплочение	5
7.	Математические игры	5
8.	Игры на игровой площадке	10
9.	Игры на внимание	5
10.	Игры на игровой площадке	7
11.	Викторины по учебным предметам	5
12.	Игры на правила дорожного движения	10
13.	Игры народов мира	10
14.	Настольные игры	7
15.	Театральные игры. Кукольный театр	8
16.	Итоги	5
	<b>Итого</b>	<b>102</b>