

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа с.Краснояриха
муниципального района Челно-Вершинский Самарской области

«Принята»

Руководитель школьного
МО учителей-предметников

_____/Т.А. Коннова/

Протокол № 1 от 07.08.2021

«Проверено»

Директор школы

_____/В.Н. Коннов/

23.08.2021

«Утверждаю»

Директор школы

_____/В.Н. Коннов/

Приказ № 51-од от
25.08.2021

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

спортивно-оздоровительной направленности

«Динамическая пауза»

для 1 класса

Составил:

Чистякова Л.В., учитель начальных классов,
первой квалификационной категории.

с. Краснояриха, 2021 г

I. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные УУД:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

положительное отношение к занятиям двигательной физкультурной деятельности; умение использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

Метапредметные УУД:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

II. Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание курса	Форма учебных занятий	Основные виды деятельности
Прогулки	Фронтальная, игровая деятельность, занятие-исследование.	Прогулки в школьный сад, экскурсии по безопасности жизнедеятельности по школе, на дороге.

Физические упражнения	Фронтальная, игровая деятельность.	Занятия по формированию правильной осанки; упражнения для утренней гимнастики, разучивание физкультминуток, танцевальные движения.
Подвижные игры	Фронтальная, игровая деятельность.	Разучивание игр: «Прятки», «Салки», «Бой петухов», «Жмурки», «Овцы и волки», «Удочка», «Каравай», «У медведя в бору», Совушка», «Колдунчики», «Зайцы в огороде», «Пустое место», «Караси и щуки», «Лиса и гуси», «Кошки–мышки», «Шишки, жёлуди, орехи».

III. Календарно-тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Содержание учебного материала	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
	Тема: «Прогулки»	20 ч		
1	Экскурсия: «Правила пешехода»		03.09	
2	Экскурсия: «Правила пешехода»		05.09	
3	Экскурсия: «Правила пешехода»		10.09	
4	Экскурсия: «Правила пешехода»		12.09	
5	Экскурсия: «Правила безопасного поведения в здании школы»		17.09	
6	Экскурсия: «Правила безопасного поведения в здании школы»		19.09	
7	Экскурсия: «Правила безопасного поведения на участке школы»		24.09	
8	Экскурсия: «Правила безопасного поведения на участке школы»		26.09	
9	Прогулка в школьный сад.		01.10	
10	Прогулка в школьный сад.		03.10	
11	Прогулка в школьный сад.		08.10	
12	Прогулка в школьный сад.		10.10	
13	На школьной площадке.		15.10	
14	На школьной площадке.		17.10	
15	На школьной площадке.		22.10	
16	На школьной площадке.		24.10	
17	Прогулка в школьный сад.		05.11	
18	Прогулка в школьный сад.		07.11	
19	Прогулка в школьный сад.		12.11	
20	Прогулка в школьный сад.		14.11	
	Тема: «Физические упражнения»	20 ч		
21	Комплекс упражнений для утренней гимнастики		19.11	
22	Комплекс упражнений для утренней гимнастики		21.11	
23	Комплекс упражнений для утренней гимнастики		26.11	
24	Комплекс упражнений для утренней гимнастики		28.11	
25	Танцевальные движения.		03.12	

26	Танцевальные движения.		05.12	
27	Танцевальные движения.		10.12	
28	Танцевальные движения.		12.12	
29	Занятия по формированию правильной осанки.		17.12	
30	Занятия по формированию правильной осанки.		19.12	
31	Занятия по формированию правильной осанки.		24.12	
32	Занятия по формированию правильной осанки.		26.12	
33	Танцевальные движения.		14.01	
34	Разучивание физкультминуток в стихах.		16.01	
35	Разучивание физкультминуток в стихах.		21.01	
36	Разучивание физкультминуток в стихах.		23.01	
37	Разучивание физкультминуток в стихах.		28.01	
38	Разучивание физкультминуток в стихах.		30.01	
39	Комплекс упражнений для закаливания		04.02	
40	Комплекс упражнений для закаливания		06.02	
	Тема: «Подвижные игры»		26 ч	
41	Разучивание игры «Салки».		11.02	
42	Разучивание игры «Салки».		13.02	
43	Разучивание игры «Прятки ».		18.02	
44	Разучивание игры «Прятки ».		20.02	
45	Разучивание игры «Жмурки».		03.03	
46	Разучивание игры «Жмурки».		05.03	
47	Разучивание игры «Удочка».		10.03	
48	Разучивание игры «Удочка».		12.03.	
49	Разучивание игры «Овцы и волки».		17.03	
50	Разучивание игры «Овцы и волки».		19.03	
51	Разучивание игры «Каравай».		02.04	
52	Разучивание игры «Каравай».		07.04	
53	Разучивание игры «Овцы и волки».		09.04	
54	Разучивание игры «Овцы и волки».		14.04	
55	Разучивание игры «Пустое место».		16.04	
56	Разучивание игры «Пустое место».		21.04	
57	Разучивание игры «Караси и щука».		23.04	
58	Разучивание игры «Караси и щука».		28.04	
59	Разучивание игры «Кошки-мышки».		30.04	
60	Разучивание игры «Кошки-мышки».		07.05	
61	Разучивание игры «Шишки, жёлуди, орехи».		12.05	
62	Разучивание игры «Шишки, жёлуди, орехи».		14.05	
63	Игры на свежем воздухе.		19.05	
64	Игры на свежем воздухе.		21.05	
65	Игры на свежем воздухе.		26.05	
66	Игры на свежем воздухе.		28.05	