

РАССМОТРЕНА  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 8 от  
29.08.2023 г.

ПРОВЕРЕНА  
Зам. директора по ВР  
\_\_\_\_\_ А.В. Беленёва  
\_\_\_\_\_ 28.08.2023 г

УТВЕРЖДЕНА  
приказом № 131-од от  
29.08.2023 г. Директор  
ГБОУ ООШ № 21  
г.Новокуйбышевска  
\_\_\_\_\_ О.Ю. Костюхин

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ДИНАМИЧЕСКАЯ ПАУЗА» 1 КЛАСС

Направление внеурочной деятельности: спортивно-  
оздоровительная деятельность

Форма организации: факультатив



S=RU, O=ГБОУ  
ООШ №21  
г.Новокуйбышевска,  
CN=Костюхин Олег  
Юрьевич,  
E=oleg.kostic@yande  
x.ru  
00dbd49691efdff2b4  
2023-08-30 09:38:45

2023 год

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности:**

### **Предметные:**

- развитие силы, ловкости и других физических способностей;
- формирование начального представления о культуре движения;
- сознательное применение физических упражнений для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми

### **Личностные:**

- 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.

### **Метапредметные:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму;
- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- 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 выразить 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.

- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

### Содержание курса внеурочной деятельности

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	16
2	Подвижные игры	34
3	Эстафеты	16
<b>Итого:</b>		66

### Формы проведения занятий:

Форма организации внеурочной деятельности – факультатив.

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

### Тематическое планирование

#### 1 класс

№ п/п	Тема занятия	Раздел	Кол-во часов
1.	Гуси-лебеди.	Народная игра.	2
2.	У медведя во бору.	Народная игра.	2
3.	Филин и пташки.	Народная игра.	2
4.	Палочка – выручалочка.	Эстафета.	2
5.	Блуждающий мяч.	Подвижная игра.	2

6.	Классики.	Подвижная игра.	2
7.	Ловишка в кругу.	Подвижная игра.	2
8.	Пчёлки и ласточки.	Народная игра.	2
9.	К своим флажкам.	Эстафета.	2
10.	Кот идёт.	Народная игра.	2
11.	Северный и южный ветер.	Подвижная игра.	2
12.	Соревнования скороходов.	Эстафета.	2
13.	Колдунчики.	Подвижная игра.	2
14.	Аисты.	Народная игра.	2
15.	Пчёлы и медведи.	Народная игра.	2
16.	Хитрая лиса.	Народная игра.	2
17.	Ловишки с приседаниями.	Эстафета.	2
18.	Переправа с досками.	Подвижная игра.	2
19.	Туннель.	Подвижная игра.	2
20.	Собери урожай.	Подвижная игра.	2
21.	На погрузке арбузов.	Подвижная игра.	2
22.	Принеси мяч.	Эстафета.	2
23.	Успей перебежать.	Подвижная игра.	2
24.	С мячом.	Эстафета.	2
25.	Весёлые старты.	Эстафета.	2
26.	Совушка.	Подвижная игра.	2
27.	Мышеловка.	Подвижная игра.	2
28.	Пустое место.	Подвижная игра.	2
29.	Карусель.	Подвижная игра.	2
30.	Кто быстрее?	Эстафета.	2
31.	Конники-спортсмены.	Подвижная игра.	2
32.	Лягушата и цыплята.	Подвижная игра.	2
33.	Карлики и великаны.	Подвижная игра.	2
<b>Итого:</b>			<b>66</b>