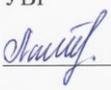


государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области основная общеобразовательная школа пос. Приморский муниципального района Ставропольский Самарской области

РАССМОТРЕНО на заседании МО учителей-предметников Протокол № <u>1</u> от « <u>30</u> » <u>08</u> 20 <u>17</u> г. Руководитель МО: 	СОГЛАСОВАНО Зам. директора по УВР  Лапина Е.Б. « <u>31</u> » <u>08</u> 20 <u>17</u> г.	Утверждаю Директор ГБОУ ООШ п. Приморский приказ № <u>11</u> от « <u>2</u> » <u>09</u> 20 <u>17</u> г.  Ширманова Е.М. 
--	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
(спортивное направление)
«Динамическая пауза»
1 класс

Срок реализации программы: 2017-2018 учебный год

Составитель: **Помазкова Светлана Александровна**
учитель начальных классов
высшая категория

2017 г.

Уровень образования: начальное общее образование

Количество часов по учебному плану:

Всего - 66 ч/год; 2 ч/неделю

Программа разработана на основе:

- **Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009г. № 373, с изменениями, внесёнными приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 г. № 1576.**
- **Стандарты второго поколения: Внеурочная деятельность школьников [Текст]: Методический конструктор. Москва: «Просвещение», 2010. – 321с.**

Учебники:

УМК: «Школа России»

Планируемые результаты изучения курса

Базовым результатом освоения предмета «Динамическая пауза» является не только активное развитие физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности, которые во многом обуславливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека. Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

В число универсальных компетенций, формирующихся в начальной школе в процессе освоения учащимися предмета «Динамическая пауза» с общеразвивающей направленностью, входят:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

– овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении двигательной активности для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Планируемые результаты

По окончании первого класса начальной школы учащиеся должны уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- характеризовать роль и значение двигательной активности в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство под руководством учителя;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- применять технические действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

Содержание
курса внеурочной деятельности
Динамическая пауза 1 класс

Содержание учебного предмета «Динамическая пауза» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих различные формы двигательной активности для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни. В содержание учебного процесса входят игры с элементами общеразвивающих упражнений, игры с бегом, с прыжками, с мячом, с лентами, с обручами, у гимнастической стенки, игры-эстафеты (соревнования)

Формы организации занятий:

Форма занятий по количеству учащихся: фронтальная, групповая, парная, индивидуальная;

Виды учебной деятельности:

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. По месту проведения: школьная (в классе, в спортивном зале), внешкольная (футбольное поле, спортивная площадка).

Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов
-------	------	------------------

1.	Игры с элементами ОРУ	6
2	Игры с бегом	12
3	Игры с прыжками	8
4	Игры с мячом	10
5	Игры в снежки	2
6	Игры на санках	6
7	Игры у гимнастической стенки	6
8	Игры с лентами(веревочкой)	2
9	Игры с элементами прыжков в длину	4
10	Игры с обручами	4
11	Игры-эстафеты (соревнования)	6

**Календарно-тематическое планирование
Динамическая пауза 1 класс**

№ урока	Тема урока	Дата	
		план	факт
1.	Вводный урок. Игра с элементами ОРУ "Класс, смирно!"		
2.	Игра с элементами ОРУ: "Запрещенное движение"		
3.	Игры с бегом: "Конники - спортсмены", "Гуси - лебеди"		
4.	Игры с прыжками "Попрыгунчики-воробушки". Разучивание и закрепление		
5.	Игры с элементами ОРУ: "Перемена мест", "День и ночь!" - разучивание.		
6.	Игры с прыжками: "Попрыгунчики-воробушки" – повтор. "Прыжки по полоскам"- разучивание		
7.	Игры с бегом: "Два мороза" – разучивание. "Конники-спортсмены"- повтор.		
8.	Игры с мячом: "Перемени мяч", "Ловушки с мячом"- разучивание		
9.	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай" - разучивание		
10.	Игры с мячом: "Кто дальше бросит", "Метко в цель"		
11.	Игры с бегом: "Салки", "К своим флажкам!"		
12.	Игры в снежки: "Защитники крепости", "Нападение акулы"		
13.	"Быстрые упряжки"		
14.	Игры на санках: "На санки", "Гонки санок"		
15.	Игры на санках: "Трамвай" "Пройди и не задень"		
16.	Игры у гимнастической стенки: "Альпинисты", "Невидимки"- разучивание		
17.	Эстафета с лазаньем и перелезанием.		

18.	Игры у гимнастической стенки -повтор		
19.	Игры с прыжками: "Удочка", "Прыгающие воробушки"- повтор		
20.	Игры с лентами (веревочкой): «Поймай ленту», «Удав стягивает кольцо»		
21.	Игры с элементами прыжков в длину: "Через ручеек".		
22.	Игры у гимнастической стенки – по выбору детей.		
23.	Игры с бегом: "К своим флажкам", "Пятнашки"		
24.	Игры с бегом: "Два Мороза", "Гуси-лебеди"		
25.	Игры с мячом (с элементами футбола и пионербола): "Обведи меня", "Успей поймать"		
26.	Игры с мячом: "Играй, играй - мяч не теряй", «Мяч водящему»		
27.	Игры с мячом: "У кого меньше мячей", "Мяч в корзину"		
28.	Игры-эстафеты с бегом и мячом		
29.	Игры с прыжками: "Попрыгунчики-воробушки", "Прыжки по полоскам"		
30.	Игры с бегом: "К своим флажкам", "Пятнашки"		
31.	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай"		
32.	Игра-соревнование "Веселые старты"		
33.	Игры с элементами прыжков в длину: "Через ручеек"- повтор.		
34.	Вводный урок. Игра с элементами ОРУ "Класс, смирно!"		
35.	Игра с элементами ОРУ: "Запрещенное движение"		
36.	Игры с бегом: "Конники - спортсмены", "Гуси - лебеди"		
37.	Игры с прыжками "Попрыгунчики-воробушки". Разучивание и закрепление		
38.	Игры с элементами ОРУ: "Перемена мест", "День и ночь! - разучивание.		

39.	Игры с прыжками: "Попрыгунчики-воробушки" – повтор. "Прыжки по полоскам"- разучивание		
40.	Игры с бегом: "Два мороза" – разучивание. "Конники-спортсмены"- повтор.		
41.	Игры с мячом: "Перемени мяч", "Ловушки с мячом"- разучивание		
42.	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай" - разучивание		
43.	Игры с мячом: "Кто дальше бросит", "Метко в цель"		
44.	Игры с бегом: "Салки", "К своим флажкам!"		
45.	Игры в снежки: "Защитники крепости", "Нападение акулы"		
46.	"Быстрые упряжки"		
47.	Игры на санках: "На санки", "Гонки санок"		
48.	Игры на санках: "Трамвай" "Пройди и не задень"		
49.	Игры у гимнастической стенки: "Альпинисты", "Невидимки"- разучивание		
50.	Эстафета с лазаньем и перелезанием.		
51.	Игры у гимнастической стенки -повтор		
52.	Игры с прыжками: "Удочка", "Прыгающие воробушки"- повтор		
53.	Игры с лентами (веревочкой): «Поймай ленту», «Удав стягивает кольцо»		
54.	Игры с элементами прыжков в длину: "Через ручеек".		
55.	Игры у гимнастической стенки – по выбору детей.		
56.	Игры с бегом: "К своим флажкам", "Пятнашки"		
57.	Игры с бегом: "Два Мороза", "Гуси-лебеди"		
58.	Игры с мячом (с элементами футбола и пионербола): "Обведи меня", "Успей поймать"		

59.	Игры с мячом: "Играй, играй - мяч не теряй", «Мяч водящему»		
60.	Игры с мячом: "У кого меньше мячей", "Мяч в корзину"		
61.	Игры-эстафеты с бегом и мячом		
62.	Игры с прыжками: "Попрыгунчики-воробушки", "Прыжки по полоскам"		
63.	Игры с бегом: "К своим флажкам", "Пятнашки"		
64.	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай"		
65.	Игра-соревнование "Веселые старты"		
66.	Игры с элементами прыжков в длину: "Через ручеек"- повтор.		

Лист корректировки

Проектная деятельность 1 класс

№	Тема	Количество часов было	Количество часов стало	Причины корректировки