

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Самарской области

Юго-Западное управление Министерства образования

Самарской области

ГБОУ школа-интернат №1 г.о. Чапаевск

ПРОВЕРЕНО

Методист

\_\_\_\_\_ Л. В. Веляева

УТВЕРЖДЕНО

Директор

\_\_\_\_\_ И. Г. Кельчина

Приказ № 132о/д от «30» августа 2024г.

**ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Динамическая пауза»**

**для 1-4 классов начального общего образования  
на 2024-2025 учебный год**

**Составители: учителя начальных классов**

Рассмотрено

на заседании МО учителей начальных классов  
(название методического объединения)  
Протокол № 1 от «29» августа 2024 г.

Председатель МО

Потанина А. В. \_\_\_\_\_  
(ФИО) (подпись)

**Чапаевск  
2024**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 (с изменениями и дополнениями от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2014 № 2357, от 18.12.2012 № 1060, от 29.12.2014 № 1643, от 18.05.2015 № 507); на основании Основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ школы-интерната № 1 г.о. Чапаевск (новая редакция с изменениями от 28.08.2022 г., приказ).

Программа «Динамическая пауза» предназначена для детей в возрасте от 7 до 10 лет с разной степенью подготовленности, имеющих интерес к двигательной активности и направлена на обеспечение дополнительной теоретической и практической подготовки по физической культуре.

### **Содержание программы.**

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.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета**

По окончании изучения курса «Динамическая пауза» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

#### **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.

По окончании 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.

## **Результаты внеурочной деятельности**

Планируемые результаты внеурочной деятельности конкретизируются в рабочей программе и соответствуют планируемым результатам освоения основной общеобразовательной программы.

Зачёт результатов освоения обучающимися программы внеурочной деятельности в ГБОУ школы-интерната № 1 г. о. Чапаевск осуществляется в соответствии с «Положением о внеурочной деятельности».

Формой учёта результатов внеурочной деятельности «Динамическая пауза» является выставление «зачёта-незачёта» каждому обучающемуся за учебный год на основании собеседования классного руководителя с задействованными при организации внеурочной деятельности в их классе педагогами. Формой учёта могут выступать и «портфолио» (дневник личных достижений ученика). Периодичность диагностики один раз в год. В конце учебного года руководитель курса внеурочной деятельности фиксирует результаты освоения программы курса в журнале учёта занятий по внеурочной деятельности отметкой «зачёт-незачёт».

### **Список литературы:**

1. А.П. Матвеев. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ. 1 – 4 классы. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. Москва Просвещение 2011
2. Лях В.И., А.А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (общеобр.), Москва, Просвещение, 2011
3. А.В. Печенкин, Н. В. Киселева. ОФП (ежедневные динамические паузы) как фактор сохранения здоровья учащихся в учебном процессе. <http://www.schoolexpert.ru>
4. Артем Патрикеев Подвижные игры. 1-4 классы ВАКО. 2010
5. М.Ф.Литвинова. Русские народные подвижные игры. Просвещение. 1986

6. А. В. Закирова Модифицированная общеобразовательная программа.  
 Реализация здоровьесберегающих технологий в ГПД.  
<http://festival.1september.ru>

**Календарно - тематическое планирование  
 по внеурочной деятельности «Динамическая пауза»  
 1 класс 66 часа**

№	Тема урока	Кол-во часов	Форма/тип урока	Планируемые результаты (предметные)	Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД
1	Вводный урок. Игра с элементами ОРУ "Класс, смирно!"	2	Игровая	<b>Знать:</b> Зачин, команды, кричалки.  <b>Уметь:</b> Слушать команды водящего; ; перестраиваться; выполнять различные виды бега, ходьбы, прыжков.	- формирование мотивов достижения и социального признания; - формирование мотива, реализующего потребность в социально значимой и социально оцениваемой деятельности - формирование моральной самооценки;	- структурирование знаний; - осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме;	- Ориентация на партнера по общению. - Умение слушать собеседника. - Умение договариваться, находить общее решение, - Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов,	- Определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата. - Составление последовательности действий. - Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном.
2	Игра с элементами ОРУ: "Запрещенное движение"	2	Игровая					
3	Игры с бегом: "Конники - спортсмены", "Гуси - лебеди"	2	Игровая					
4	Игры с прыжками "Попрыгунчики-воробушки". Разучивание и закрепление	2	Игровая					
5	Игры с элементами ОРУ: "Перемена мест", "День и ночь!" - разучивание.	2	Игровая					
6	Игры с	2	Игровая					

	прыжками: "Попрыгунчи-воробушки" – повтор. "Прыжки по полоскам"-разучивание		вая	Закрепление и совершенствование навыков бега.	- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	помощью вопросов получать необходимые сведения от партнера по деятельности.	
7	Игры с бегом: "Два мороза" – разучивание. "Конники-спортсмены" -повтор.	2	Игровая	В прыжках - развитие скоростных и силовых способностей; ориентирование в пространстве	- формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни,	- структурирование знаний;	- Учет разных мнений и умение обосновать собственное.	
8	Игры с мячом: "Перемени мяч", "Ловушки с мячом"-разучивание	2	Игровая	Развитие навыка скоростных способностей		- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме;	- Эмоционально - позитивное отношение к процессу сотрудничества;	- Определение последовательности и промежуточных целей с учетом конечного результата.
9	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай" - разуч.	2	Игровая	Развитие глазомера.				- Составление последовательности действий.
10	Игры с мячом: "Кто дальше бросит", "Метко в цель"	2	Игровая	ориентирование в пространстве				- Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном.
11	Игры с бегом: "Салки", "К своим флажкам!",	2	Игровая					
12	Игры в снежки: "Защитники крепости", "Нападение акулы"	2	Игровая					
1	"Быстрые	2	Игра		- развитие	- выбор	--	-

3	упряжки"		- эстафета	Развитие навыка скоростных способностей	доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Ориентация на партнера по общению.	Определение последовательности и промежуточных целей с учетом конечного результата.
14	Игры на санках. "На санки", "Гонки санок"	2	Игровая	Развитие глазомера.			- Умение слушать собеседника.	
15	Игры на санках "Трамвай" "Пройди и не задень"	2	Игровая	Ориентирование в пространстве			- Умение договариваться, находить общее решение,	
16	Игры у гимнастической стенки: "Альпинисты", "Невидимки"-разучивание	2	Игровая				- Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов,	- Составление последовательности действий.
17	Эстафета с лазаньем и перелезанием.	2	Игра - эстафета	Закрепить навык ориентирования в пространстве	установки на здоровый и безопасный образ жизни	- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;		- Составление способа действия и его результата с заданным эталоном.
18	Игры у гимнастической стенки - повтор	2	Игровая	совершенствование функции равновесия				
19	Игры с прыжками: "Удочка", "Прыгающие воробушки"-повтор	2	Игровая	Уметь выполнять упражнения у гимнастической стенки, с лентами, с мячом, с мешочком с песком			- Учет разных мнений и умение обосновать собственное.	- Определение последовательности и промежуточных целей с учетом конечного результата.
20	Игры с лентами (веревочкой): Поймай ленту", Удав стягивает кольцо-разучивание	2	Игровая				- Эмоционально - позитивное отношение к процессу сотрудничества;	
21	Игры с элементами прыжков в длину: "Через ручеек"-	2	Игровая					- Составление последовательности

2 2	Игры у гимнастической стенки – по выбору детей.	2	Игровая	Совершенство- вать навыки бега, Развивать скоростные способности.	- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	структурирование знаний;  - осознанное и произвольное построение речевых высказываний в устной форме;	-Учет разных мнений и умение обосновать собственное.	действий.  - Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном.
2 3	Игры с бегом: "К своим флажкам", "Пятнашки"-разучивание	2	Игровая					
2 4	Игры с бегом: "Два Мороза", "Гуси-лебеди"	2	Игровая					
2 5	Игры с мячом (с элементами футбола и пионербола): "Обведи меня", "Успей поймать"-разучивание	2		Закрепление навыков метания на дальность и точность  Развитие глазомера	- формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни,	- Эмоционально - позитивное отношение к процессу сотрудничества;		
2 6	Игры с мячом: "Играй, играй - мяч не теряй", "Мяч водящему"	2						
2 7	Игры с мячом: "У кого меньше мячей", "Мяч в корзину"	2						
2 8	Игры-эстафеты с бегом и мячом	2			- развитие	- выбор наиболее эффективных способов решения	-- Ориентация на партнера по общению.	- Определенные последовательности
2	Игры с	2			- развитие			

9	прыжками: "Попрыгунчи-воробушки" – повтор. "Прыжки по полоскам"- повтор.				доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	задачи о конкретных условиях;		промежуточных целей с учетом конечного результата.
30	Игры с бегом: "К своим флажкам", "Пятнашки"- повтор	2		Совершенствовать навыки бега,	сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	- структурирование знаний;	- Умение слушать собеседника.	- Составление последовательности действий.
31	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай"- повтор	2		Развивать скоростные способности.	- формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни,	- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме;	- Умение договариваться, находить общее решение,	- Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном.
32	Игросоревнование "Веселые старты"	2		Закрепление навыков метания на дальность и точность	здоровый и безопасный образ жизни,	и произвольное построение речевого высказывания в устной форме;	Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в конфликтных ситуациях, интересов	- Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном.
33	Игры с мячом (с элементами футбола и пионербола): "Обведи меня", "Успей поймать"- повтор.	2		Развитие глазомера	здоровый и безопасный образ жизни,	и произвольное построение речевого высказывания в устной форме;	Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в конфликтных ситуациях, интересов	- Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном.

**Календарно - тематическое планирование  
по внеурочной деятельности «Динамическая пауза»  
2 класс 34 часа**

№	Тема урока	Кол-во часов	Форма/тип урока	Планируемые результаты (предметные)	Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД
1	Вводный урок. Игры с элементами	1	Игровая	<b>Знать:</b> Зачин, команды, кричалки.	- формирование мотивов	- структурирование знаний;	- Ориентация на партнера	- Определение

	и ОРУ "Класс, смирно!"				Уметь: С лушать команды водящего ; перестра иваться; выполнят ь различны е виды бега, ходьбы, прыжков.	достижени я и социально о признания;  - формирова ние мотива, реализующ его потребност ь в социально значимой и социально цениваемо й деятельнос ти  - формирова ние моральной самооценк и;	-осознанное и произвольн ое построение речевоговыс казывания в устной форме;	по об- щению. - Умение слушать собеседни ка. - Умение договарив аться, на- ходить общее решение, - Способно сть сохранять доброжел ательное отношени е друг к другу в ситуации конфликт а интересов ,	последова тельности промежут очных целей с учетом конечного результата .  - Составлен ие последова тельности действий.  - Сопоставл ение способа действия и его результата с заданным эталонном.	
2	Игра с элементам и ОРУ: «Разноцвет ный мячик», «Посадка овощей»	1	Игро вая							
3	Игры с бегом: «Дети и медведи», «Догони свою пару»	1	Игро вая							
4	Игры с прыжками: «Сиди, сиди, Яша...» Р азучивание и закреплени е	1	Игро вая							
5	Игры с элементам и ОРУ: «Цапля» разучиван ие.	1	Игро вая							
6	Игры с прыжками: «Река и ров», "Прыжки по полоскам"- разучиван ие	1	Игро вая	Закрепле ние и совершен ство вание навыков бега.			- развитие доброжела тельности, доверия и внимательн ости к людям, готовности к сотрудниче ству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	- выбор наиболее эффективны х способов решения задач взависимост и от конкретных условий; - структуриро вание знаний;  -осознанное и произвольн	-Умение с помощью вопросов получать необходи мые сведения от партнера по деятельно сти.  -Учет разных мнений и умениеоб основать	
7	Игры с бегом: «Догони мяч»,разуч ивание. «Догони свою пару» повтор.	1	Игро вая	В прыжках - развити е скоростн ых и скоростн о-						

8	Игры с мячом: "Перемени мяч", «Передал мяч, садись!» - разучивание	1	Игровая	силовых способностей; ориентирование в пространстве	- формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни,	ое построение речевого высказывания в устной форме;	собственной. - Эмоционально - позитивное отношение к процессу сотрудничества;	- Определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата.
9	Игры с обручами: «Летучие рыбки» - разучивание.	1	Игровая	Развитие навыка скоростных способностей				- Составление последовательности действий.
10	Игры с мячом: «Не пропусти мяч», «Не давай мяч водящему»	1	Игровая	Развитие глазомера.	ориентирование в пространстве			- Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном.
11	Игры с бегом: «Пятнашки», "К своим флажкам!",	1	Игровая					
12	Игры в снежки: «Два Мороза», "Защитник и крепости".	1	Игровая					
13	"Быстрые упряжки"	1	Игра-эстафета	Развитие навыка скоростных способностей	- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи	- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	-- Ориентация на партнера по общению. - Умение слушать собеседника. - Умение договариваться, находить	- Определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата.
14	Игры на санках. "На санки", "Гонки санок"	1	Игровая	Развитие глазомера.				
15	Игры на санках "Трамвай" "Пройди и не задень"	1	Игровая	Ориентирование в				

16	Игры у гимнастической стенки: «Канатоходец» разучивание	1	Игровая	пространстве	тем, кто в ней нуждается;  - формирование установки		общее решение, - Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в конфликтных ситуациях, интересов	Составление последовательности действий.  - Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном.
17	Эстафета с лазаньем и перелезанием.	1	Игра-эстафета	Закрепить навык ориентирования в пространстве	на здоровый и безопасный образ жизни	- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;		
18	Игры у гимнастической стенки - повтор	1	Игровая	совершенствование функции равновесия		- структурирование знаний; - осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме;		
19	Игры с прыжками: «Ноги от пола!», "Прыгающие воробушки"-повтор	1	Игровая	Уметь выполнять упражнения у гимнастической стенки, с лентами, с мячом, с мешочком с песком			- Учет разных мнений и умение обосновать собственное. - Эмоционально-позитивное отношение к процессу сотрудничества;	- Определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата.  - Составление последовательности действий.
20	Игры с лентами (веревочкой): «Поймай ленту», «Веревочка» разучивание	1	Игровая					
21	Игры с элементами прыжков в длину: «Красный цвет – зеленый цвет»	1	Игровая					
22	Игры у гимнастической стенки – по выбору детей.	1	Игровая	Совершенствовать навыки бега, Развивать	- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности	структурирование знаний;  - осознанное и	- Учет разных мнений и умение обосновать собственное.	результата с заданным эталоном.
23	Игры с бегом: «Мы	1	Игровая					

	шеловка» разучивани е			скоростн ые способно стей.	к сотрудниче ству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	произвольн ое построение речевого выс казывания в устной форме;		
2 4	Игры с бегом: «Нептун и рыбки», «Спящий пират»	1	Игро вая					
2 5	Игры с мячом (с элемента ми футбола и пионербол а) «Пятнашк и мячом» разучиван ие	1		Закрепле ние навыков метания на дальност ь и точность  Развитие глазомер а	- формирова ние установки на здоровый и безопасный образ жизни,		- Эмоциона льно - позитивн ое отно шение к процессу сотрудни чества;	
2 6	Игры с мячом: «Пе редай мяч», "Мяч водящему	1						
2 7	Игры с мячом: "У кого меньше мячей", "Мяч в корзину"	1						
2 8	Игры- эстафеты с бегом и мячом	1			- выбор наиболее эффективн ых способов решения задач в зависи мости о т конкретны х условий;	-- Ориентац ия на партнера по об- щению.  - Умение слушать собеседни ка.	- Определен ие последоват ельности промежуто чных целей с учетом конечного результата.	- развитие доброжел ательност и, доверия и вниматель ности к людям, ГОТОВНОСТ
2 9	Игры с прыжками: «Бег сороконож ки» повтор.	1						
3 0	Игры с бегом: "К своим	1		Соверше нство-				

	флажкам", "Пятнашки "-повтор			вать навыки бега, Развивать скоростн ые способно стей.	- структурир ование знаний;	- Умение договарив аться, на- ходить общее решение,	Составлени е последоват ельности действий.	и к сотруднич еству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается ;
3 1	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай"- повтор	1		Закрепле ние навыков метания на дальност ь и точность	- осознанное и произвольн ое построение речевогвы сказывания в устной форме;	- Способно сть сохранять доброжела тельное отношени е друг к другу в ситуации конфликта интересов,	- Сопоставле ние способа действия и его результата с заданным эталонем.	- формиров ание установки на здоровый и безопасны й образ жизни,
3 2	Игра- соревнован ие "Веселые старты"	1		Развитие глазомер а				
3 3	Игры с мячом (с элементам и футбола и пионербол а)	1						
3 4	Игры с элементам и прыжков в длину: "Через ручеек"- повтор.	1						

**Календарно - тематическое планирование  
по внеурочной деятельности «Динамическая пауза»  
3 класс 17 часа**

№	Тема урока	К ол - во ча с	Форм а/тип урока	Планируе мые результаты (предмет ные)	Личностные УУД	Познава тель ные УУД	Коммуник ативные УУД	Регулят ивные УУД
1	Режим для школьн ика. Любим ые игры детей.	1	Игров ая	<b>Уметь</b> соблюдать дисциплину и чётко взаимо- действовать с товарищами	Воспитание культуры. Предпочтени е классных коллективны х занятий индивидуаль ным	Осознанн ое и произвол ьное построен ие речевого	Потребнос ть в общении со взрослыми и сверстника	Контрол ь в форме сличения способа действия и его
2	Разучиван ие	1	Игрова я					

	комплекса общеразвивающих упражнений.			при выполнении строевых упражнений	занятиям дома.	высказывания в устной форме.	ми.	результата с заданным эталоном
3	Игровые упражнения на построение.	1	Игровая	<b>Уметь</b> распределяться на команды с помощью считалочек.	Способность адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха, связывая успех с усилиями, трудолюбием, старанием.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Эмоционально позитивное отношение к процессу сотрудничества	с целью обнаружения отклонений или отличий от эталона.
4	Игровые упражнения с ходьбой.	1	Игровая					
5	Игровые упражнения на равновесие.	1	Игровая					
6	Игровые упражнения с ловлей мяча.	1	Игровая					
7	Игровые упражнения с метанием мяча.	1	Игровая					
8	Игровые упражнения с прыжками	1	Игровая					
9	Комбинированная эстафета.	1	Игровая	<b>Знать</b> считалочки.	Интерес к способу решения и общему способу действия.	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.	Умение слушать собеседника.	Коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия.
10	Эстафета с переноской предметов	1	Игра-эстафета	<b>Знать</b> пользу подвижных игр.	Интерес к способу решения и общему способу действия. Оценка действий с точки зрения нарушения/соблюдения моральной нормы.	Самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера.	Умение договариваться, находить общее решение.	
11	Русские народные игры.	1	Игровая	<b>Уметь</b> выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды.	Развитие доверия, доброжелательности и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней		Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в конфликтных ситуациях.	
12	Игры народов разных стран.	1	Игровая	<b>Уметь</b> организовывать команды по распоряжению учителя.			Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в конфликтных ситуациях.	
13	Игры – забавы.	1	Игровая				Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в конфликтных ситуациях.	
14	Весёлое состязание.	1	Игра-эстафета				Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в конфликтных ситуациях.	
15	Бессюжетные игры.	1	Игровая	<b>Уметь</b> выполнять упражнения, входящие в			Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в конфликтных ситуациях.	
16	Игры с мячом и	1	Игровая				Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в конфликтных ситуациях.	

	обручем.			комплексы физкультурных комплексов	нуждается.			ионного конфликта и преодолению препятствий.
17	Игры с на свежем воздухе.	1	Игровая	физкультурных комплексов	Формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, нетерпимость и умения противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, здоровья, безопасности личности в пределах своих возможностей.			

**Календарно - тематическое планирование  
по внеурочной деятельности «Динамическая пауза»  
4 класс 17 часа**

№	Тема урока	Кол-во часов	Форма/тип урока	Планируемые результаты (предметные)	Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД
1	Режим для школьника. Любимые игры детей.	1	Игровая	<i>Уметь</i> соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений.	Воспитание культуры. Предпочтение классных коллективных занятий индивидуальным занятиям дома.	Осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме.	Потребность в общении со взрослыми и сверстниками.	Контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном
2	Двигательный режим учащегося. Любимые игры	1	Игровая	товарищами при выполнении строевых упражнений.	Способность адекватно судить о		Эмоционально позитивное	

	детей.								
3	Разучивание комплекса общеразвивающих упражнений.	1	Игровая	<p><b>Уметь</b> распределяться на команды с помощью считалочек.</p> <p><b>Знать</b> считалочки.</p> <p><b>Знать</b> пользу подвижных игр.</p> <p><b>Уметь</b> выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды.</p>	причинах своего успеха/неуспеха, связывая успех с усилиями, трудолюбием, старанием.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	отношение к процессу сотрудничества	м с целью обнаружения отклонений или отличий от эталона.	
4	Игровые упражнения на построение.	1	Игровая		Интерес к способу решения и	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.	Умение слушать собеседника. Умение договариваться, находить общее решение.	Коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия.	
5	Игровые упражнения с ходьбой.	1	Игровая		Интерес к способу решения и	Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов.	Умение договариваться, находить общее решение.	Коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия.	
6	Игровые упражнения на равновесие.	1	Игровая		Интерес к способу решения и	Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов.	Умение договариваться, находить общее решение.	Коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия.	
7	Игровые упражнения с ловлей мяча.	1	Игровая		Интерес к способу решения и	Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов.	Умение договариваться, находить общее решение.	Коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия.	
8	Игровые упражнения с метанием мяча.	1	Игровая		Интерес к способу решения и	Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов.	Умение договариваться, находить общее решение.	Коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия.	
9	Игровые упражнения с прыжками.	1	Игровая		Интерес к способу решения и	Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов.	Умение договариваться, находить общее решение.	Коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия.	
10	Эстафета с переноской предметов.	1	Игра-эстафета		Интерес к способу решения и	Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов.	Умение договариваться, находить общее решение.	Коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия.	
11	Русские народные игры.	2	Игровая		<p><b>Уметь</b> выполнять организующие команды по</p>	причинах своего успеха/неуспеха, связывая успех с усилиями, трудолюбием, старанием.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	отношение к процессу сотрудничества	м с целью обнаружения отклонений или отличий от эталона.
12	Игры народов разных стран.	2	Игровая	Интерес к способу решения и		Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов.	Умение договариваться, находить общее решение.	Коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия.	

1 3	Игры – забавы.	2	Игровая	распоряжен ию учителя.	нравственно й		ению препятст вий.
1 4	Весёлое состязани е.	1	Игра- эстаф ета	<b>Уметь</b> выполнять	отзывчивост и.		
1 5	Полоса препятст вий.	1	Игров ая	упражнения, входящие в комплексы	Формирован ие установки на здоровый и		
1 6	Игры с мячом и обручем.	1	Игров ая	физкультми нуток.	безопасный образ жизни, нетерпимост и и умения противостоят ь действиям и влияниям, представляю щим угрозу для жизни, здоровья, безопасности личности в пределах своих возможносте й.		
1 7	Игры с на свежем воздухе.	1	Игров ая				