

**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 № 159 о/д от 29.08.2025 г.

**ПРОЕКТ ПРОГРАММЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Динамическая пауза»**

**для 1-4 классов начального общего образования**

**на 2025-2026 учебный год**

**Составители: учителя начальных классов**

Рассмотрено

на заседании МО учителей начальных классов  
(название методического объединения)  
Протокол №1 от 27.08.2025г.

Председатель МО

Потанина А. В.

\_\_\_\_\_

(ФИО) (подпись)

**Чапаевск, 2025**

## **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» направленно 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 учета 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	К о л - в о ч а с	Фор м а/ тип урок а	Планиру е мые результа ты (предмет ные)	Личностн ые УУД	Познавате льные УУД	Коммуни кативны е УУД	Регуляти вные 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	- 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 ситуациях конфликта интересов,	- Определение последовательности и промежуточных целей с учетом конечного результата.
2	Игра с элементами ОРУ: "Запрещенное движение"	2	Игровая					- Составление последовательности и действий.
3	Игры с бегом: "Конники - спортсмены" , "Гуси - лебеди"	2	Игровая					-Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном .
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 прыжками: "Попрыгунчики-воробушки" – повтор. "Прыжки по полоскам"-разучивание	2	Игроявия	Закрепление и совершение навыков бега.	- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к прыжкам	- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	-Умение с помощью вопросов получать необходимые сведения от партнера по деятельности.	
7	Игры с бегом: "Два мороза" – разучивание. "Конники-спортсмены" -повтор.	2	Игроявия	В прыжках - развитие скоростных и скоростно-силовых способностей; ориентирование в пространстве	- сотрудничество и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	- структурирование знаний;	-Учет разных	
8	Игры с мячом: "Перемени мяч", "Ловушки с мячом"-разучивание	2	Игроявия	ориентирование в пространстве	- формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни,	-осознанное и произвольное построение речевогов высказывания в устной форме;	- мнений и умение обосновать собственное.	- Определение последовательности и промежуточных целей с учетом конечного
9	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай" -разуч.	2	Игроявия	Развитие навыка скоростных способностей			-Эмоционально-позитивное отношение к процессу сотрудничества;	
10	Игры с мячом: "Кто дальше бросит", "Метко в цель"	2	Игроявия	Развитие глазомера.				- Составление последовательности действий.
11	Игры с бегом: "Салки", "К своим флагкам!",	2	Игроявия	ориентирование в пространстве				-Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном .
12	Игры в снежки: "Заденники крепости", "Нападение акулы"	2	Игроявия					

1 3	"Быстрые упряжки"	2	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.	- Определение последовательности и промежуточных целей с учетом конечного результата.
1 4	Игры на санках. "На санки", "Гонки санок"	2	Игровая	Развитие глазомера.	Ориентирование в пространстве	- тем, кто в ней нуждается;	- Умение слушать собеседника.	
1 5	Игры на санках "Трамвай" "Пройди и не задень"	2	Игровая			- формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни	- Умение договариваться, находить общее решение, -Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов,	- Составление последовательности действий.
1 6	Игры у гимнастической стенки: "Альпинисты", "Невидимки" -разучивание	2	Игровая					- Составление последовательности действий.
1 7	Эстафета с лазаньем и перелезанием.	2	Игра - эстафета	Закрепить навык ориентирования в пространстве	совершенствование функции равновесия			-Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном .
1 8	Игры у гимнастической стенки -повтор	2	Игровая					
1 9	Игры с прыжками: "Удочка", "Прыгающие воробушки"- повтор	2	Игровая	Уметь выполнять упражнения		- структурирование знаний;	- Учет разных мнений и умение обосновать собственное.	- Определение последовательности и промежуточных целей с учетом конечного результата.
2 0	Игры с лентами (веревочкой) : Поймай ленту", Удав стягивает кольцо-разучивание	2	Игровая	упражнения у гимнастической стенки, с лентами, с мячом, с мешочком		-осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме;	-Эмоционально-позитивное отношение к процессу сотрудничества;	
2 1	Игры с элементами прыжков в	2	Игровая	м с песком				- Составление

	длину: "Через ручеек"-							
2 2	Игры у гимнастичес кой стенки – по выбору детей.	2	Игро вая	Соверше нство- вать навыки бега, Развиват ь скоростн ые способно стей.	- развитие доброжела тельности, доверия и вниматель ности к людям, готовности к сотрудниче ству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	структури рование знаний; -осознанно е и произволь ное построени е речевогов ысказыван ия в устной форме;	-Учет разных мнений и умение об основать собствен ное.	
2 3	Игры с бегом: "К своим флажкам", "Пятнашки"- разучивание	2	Игро вая	Закрепле ние навыков метания на дальност ь и точность	- формиров ание установки на здоровый и безопасны й образ жизни,		-Эмоцион ально -позитив ное от ношение к процессу сотрудн ичества;	последоват ельности действий.
2 4	Игры с бегом: "Два Мороза", "Гуси- лебеди"	2	Игро вая	Развитие глазомера			-Сопоставл ение способа действия и его результата с заданным эталоном.	
2 5	Игры с мячом (с элементами футбола и пионербола): "Обведи меня", "Успей поймать"- разучивание	2						
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	2				- выбор наиболее эффективн	-- Ориентац ия на	- Определение

	мячом							
2 9	Игры с прыжками: "Попрыгунчики-воробушки" – повтор. "Прыжки по полоскам"- повтор.	2			- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к	ых способов решения задач взависимости о т конкретных условий;	партнера по общению.	последовательности и промежуточных целей с учетом конечного результата.
3 0	Игры с бегом: "К своим флагкам", "Пятнашки"- повтор	2		Совершенно-вать навыки бега,	сотрудничество и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	- структурирование знаний;	- Умение договариваться, находить общее решение,	- Составление последовательности действий.
3 1	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай"- повтор	2		Развивать скоростные способности.	- формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни,	-осознанно	-Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов,	
3 2	Игра-соревнование "Веселые старты"	2		Закрепление навыков метания на дальность и точность		е и произвольное построение речевого высказывания в устной форме;		-Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном .
3 3	Игры с мячом (с элементами футбола и пионербола): "Обведи меня", "Успей поймать"- повтор.	2		Развитие глазомера				

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

№	Тема урока	Ко-личес-час	Форма/тип урок	Планируемые результаты (предметные)	Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД
1	Вводный	1	Игро	Знать:	-	-	-Ориента	

	урок. Игра с элементами ОРУ "Класс, смиришь!"		вия	Зачин, команды, кричалки .  <b>Уметь:</b> Слушать команды водящего ; перестраиваться; выполнять различные виды бега, ходьбы, прыжков .	формированиемотивов достижения и социального .	структурирование знаний; -осознанное и произвольное признания; -формирование мотива, реализующего потребность в социально значимой и социально оцениваемой деятельности	структурирование знаний; -осознанное и произвольное признания; -формирование мотива, реализующего потребность в социально значимой и социально оцениваемой деятельности	ция 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 промежутокных целей с учетом конечного результата.
2	Игра с элементами ОРУ: «Разноцветный мячик», «Посадка овощей»	1	Игровая						
3	Игры с бегом: «Дети и медведи», «Догони свою пару»	1	Игровая					- Составление последовательности действий.	
4	Игры с прыжками : «Сиди, сиди, Яша...» Разучивание и закрепление	1	Игровая					-Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном.	
5	Игры с элементами ОРУ: «Цапля» разучивание.	1	Игровая						
6	Игры с прыжками : «Река и ров», "Прыжки по полоскам" - разучивание	1	Игровая	Закрепление и совершение навыков бега. В прыжках	- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи	- выбор наиболее эффективных способов решения задач взависимости от конкретных условий;	-Умение с помощью вопросов получать необходимые сведения от партнера по деятельности.		
7	Игры с бегом: " «Догони мяч»,разуч	1	Игровая			- структурирование знаний;	-Учет разных		

	ивание. «Догони свою пару» повтор.							
8	Игры с мячом: "Перемени мяч", «Передал мяч, садись!» -разучивание	1	Игровая	скоростно-силовых способностей; ориентирование в пространстве				- 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.	тем, кто в ней нуждается;	-осознанное и произвольное построение речевого высказывания	мнений и умение обосновывать собственно	-Сопоставление способа действия и его результата с заданным эталоном.
11	Игры с бегом: «Пятнашки», "К своим флагкам!"	1	Игровая	ориентирование в пространстве	- формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни,	в устной форме;	-Эмоционально-позитивное отношение к процессу сотрудничества;	
12	Игры в снежки: «Два Мороза», "Задачник и крепости".	1	Игровая					
13	"Быстрые упряжки"	1	Игра-эстафета	Развитие навыка скоростных способностей	- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности	- выбор наиболее эффективных способов решения задач	-- Ориентация на партнера по общению.	- Определение последовательности промежуточных целей с
14	Игры на санках. "На санки", "Гонки	1	Игровая			- взависимости	- Умение слушать	

	санок"							
1 5	Игры на санках "Трамвай" "Пройди и не задень"	1	Игроявия					
1 6	Игры у гимнастической стенки: «Канатоходец» разучивание	1	Игроявия	Развитие глазомера. Ориентирование в пространстве		ти от конкретных условий;	собеседника.	учетом конечного результата.
1 7	Эстафета с лазаньем и перелезанием.	1	Игра-эстафета	Закрепить навык ориентирования в пространстве		- выбор наиболее эффективных способов решения задач	- Умение договариваться, находить общее решение, -Способность сохранять доброжелательность	Составление последовательности действий.
1 8	Игры у гимнастической стенки - повтор	1	Игроявия	совершенствование функции равновесия		в зависимости от конкретных условий;	- Учет разных мнений и умение обосновать собственное.	Сопоставление
1 9	Игры с прыжками : «Ноги от пола!», "Прыгающие воробушки"-повтор	1	Игроявия	Уметь выполнять упражнения у гимнастической стенки, с лентами, с мячом, с мешочком с песком		- структурирование знаний; -осознанное и произвольное построение речевоговысказывания в устной форме;	-Эмоционально-позитивное отношение к процессу сотрудничества;	Определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата.
2 0	Игры с лентами (веревочкой): «Поймай ленту», «Веревочку» разучивание	1	Игроявия					Составление последовательности действий.
2 1	Игры с элементами прыжков в длину: «Красный цвет – зеленый цвет»	1	Игроявия					-Сопоставление способа действия и его результата с заданным
2 2	Игры у гимнастич	1	Игроявия		- развитие доброжела	структуривание	-Учет разных	

	еской стенки – по выбору детей.			Совершать навыки бега, Развивать скоростные способы стей.	тельности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;	знаний; -осознанное и произвольное построение речевоговы сказывания в устной форме;	мнений и умение об основать собственное.	
2 3	Игры с бегом: «М ышеловка » разучиван ие	1	Играя					
2 4	Игры с бегом: «Нептун и рыбки», «Спящий пират»	1	Играя					
2 5	Игры с мячом (с элементами футбола и пионербола) «Пятнашки и мячом» разучиван ие	1		Закрепление навыков метания на дальность и точность Развитие глазомера	установки на здоровый и безопасный образ жизни,		-Эмоционально -позитивное отношение к процессу сотрудничества;	эталоном.
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 эффективных способов решения задач	-- Ориентация на партнера по об- щению.	- Определение последовательности промежуточных целей	
2 9	Игры с прыжками	1						- развитие доброжел

	«Бег сороконожки» повтор.								
3 0	Игры с бегом: "К своим флагкам", "Пятнашки"-повтор	1		Совершенно-вать навыки бега,					ательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
3 1	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай"-повтор	1		Развивать скоростные способности.					- формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни,
3 2	Игра-соревнование "Веселые старты"	1		Закрепление навыков метания на дальность и точность	в зависимости от конкретных условий;	- Умение слушать собеседника.	с учетом конечного результата.		
3 3	Игры с мячом (с элементами футбола и пионербола)	1		Развитие глазомера	- структурирование знаний;	- Умение договариваться, находить общее решение,	Составление последовательности действий.		
3 4	Игры с элементами прыжков в длину: "Через ручеек"-повтор.	1							

# Календарно - тематическое планирование по внеурочной деятельности «Динамическая пауза» 3 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	<b>Уметь</b> соблюдать дисциплину и четко 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
2	Разучивание комплекса общеразвивающих упражнений.	1	Игровая					
3	Игровые упражнения на построение.	1	Игровая					
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					
10	Эстафета с переноской предметов.	1	Игра-эстафета					
11	Русские народные игры.	1	Игровая					
12	Игры народов	1	Игровая					

	разных стран.							
1 3	Игры – забавы.	1	Игровая					
1 4	Весёлое состязание.	1	Игра-эстафета					
1 5	Бессюжетные игры.	1	Игровая					
1 6	Игры с мячом и обручем.	1	Игровая					
1 7	Игры с на свежем воздухе.	1	Игровая					
				распоряжением учителя.	льности и внимательности к людям, готовности ко сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.	творческого и поискового характера.		Способность к волевому усилию – выбору в ситуации мотивационного конфликта и преодолению препятствий.
					Формирование установки на здоровый и безопасный			

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

№	Тема урока	Ко л- в о ч а с	Форма/тип урока	Планируемые результаты (предметные)	Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД
1	Режим для школьника. Любимые игры	1	Игровая	Уметь обладать дисциплиной и чётко взаимодействовать	Воспитание культуры. Предпочтение классных коллективных занятий	Осознанное и произвольное построение	Потребность в общении со взрослыми	Контроль в форме сличения

	детей.							
2	Двигательный режим учащегося. Любимые игры детей.	1	Игровая	с товарищами при выполнении строевых упражнений .	индивидуальным занятиям дома.	ие речевого высказывания в устной форме.	и сверстника ми.	способа действия и его результа та с
3	Разучивание комплекса общеразвивающих упражнений.	1	Игровая	<b>Уметь</b> распределяться на команды с помощью считалочек.	Способность адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха, связывая успех с усилиями, трудолюбие м, старанием.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Эмоционально позитивное отношение к процессу сотрудничества	заданным эталонам с
4	Игровые упражнения на построение.	1	Игровая				Умение слушать собеседника.	целью обнаружения отклонений или отличий от эталона.
5	Игровые упражнения с ходьбой.	1	Игровая	<b>Знать</b> счита лочки.	Интерес к способу решения общему способу	Рефлекс ия способов и	Умение договариваться, находить общее решение.	Коррекция – внесение необходимых дополнений и корректировок в план и способ действия.
6	Игровые упражнения на равновесие.	1	Игровая	<b>Знать</b> поль зу подвижных игр.	действия.	условий действия, контроль и оценка		
7	Игровые упражнения с ловлей мяча.	1	Игровая	<b>Уметь</b> выбирать для проведения подвижных игр	общему способу действия.	процесса и	Способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в	
8	Игровые упражнения с метанием мяча.	1	Игровая	водящего и капитана команды.	результатов деятельности с	результативность деятельности.	ситуации конфликта интересов.	Оценка осознан ие качества и уровня усвоения.
9	Игровые упражнения с прыжками.	1	Игровая		точки зрения нарушения/с облюдения моральной нормы.	Самостоятельное создание способов решения проблем		
10	Эстафета с переноской предмето	1	Игра-эстафета		развитие доверия, доброжелательности и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе,	творческого и поискового характера.		способность к волевому усилию

1 1	Русские народные игры.	2	Игровая				
1 2	Игры народов разных стран.	2	Игровая				
1 3	Игры – забавы.	2	Игровая				
1 4	Весёлое состязание.	1	Игра-эстафета				
1 5	Полоса препятствий.	1	Игровая				
1 6	Игры с мячом и обручем.	1	Игровая				
1 7	Игры с на свежем воздухе.	1	Игровая				