Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кольчугинская школа №1 имени Авраамова Георгия Николаевича»
Симферопольского района Республики Крым

Приложение
К ООП НОО , утверждённой приказом по школе от 29.08.25 № 300

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по ВР
_____ Розанова А.В.
(подпись)
28. 08.2026г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом по школе
от 28.08.2026 № 264

РАССМОТРЕНО
Протокол заседания ШМО учителей
начальных классов
28.08.2026г. № 7

ПРИНЯТО
Протокол методического совета
28.08.2026г. № 5

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
направление «Спортивно-оздоровительная деятельность»
модуль «Быстрее, выше, сильнее»

Уровень образования: начальное общее
Срок реализации программы: 2026/2027 учебный год
Классы, в которых реализуется программа:
класс 1-а,1-б, 1ч/неделю, всего 33 ч/год;
класс 2-а,2-б, 1 ч/неделю, всего 34 ч/год.
класс 3-а,3-б, 1 ч/неделю, всего 34 ч/год

Составители: Губина И.А., Басалай Н.Н.

с. Кольчугино, 2026 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению модуль «Быстрее, выше, сильнее» для учащихся 1-а, 1-б, 2-а, 2-б,3-а,3-б классов составлена на основе :

1. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373;

Программа рассчитана на 33ч (1ч в неделю) для 1-х классов и 34ч (1ч в неделю) для 2-х классов

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные универсальные учебные действия.

Личностные результаты

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

Регулятивные:

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их проверки;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.

Познавательные:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Коммуникативные:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметные результаты

- усвоенные младшим школьником в процессе внеурочной деятельности знания, умения, навыки и специальные компетенции; опыт творческой деятельности;
- опыт познавательной деятельности; опыт коллективной самодеятельности в спортивной группе (команде);
- ценностные установки, специфичные для занятий спортом и ведения ЗОЖ, межличностной коммуникации.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Содержание курса внеурочной деятельности

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Открываем дверь в сказку Здоровья	1
2	Космонавты	1
3	Правильная осанка	1
4	Двигательный режим учащегося.	1
5	Путешествие в город «Угадай-ка»	1
6	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.	1
7	Осенние развлечения	1
8	Многоскоки	1
9	Правила выполнения дыхательных упражнений	1
10	Метание малых мячей	1
11	Подвижные игры «Учимся, играя!»	1
12	Школа мяча	1
13	Сбор витаминок здоровья	1
14	Наш друг режим	1
15	Зимние развлечения	1
16	Подвижные игры по выбору учащихся	1
17	Спортивный праздник «Физкульт-ура!»	1
18	Лазания и перелазания	1
19	Прыжковые упражнения	1
20	Танцевальные шаги	1
21	Космическое путешествие на Марс	1
22	Упражнения в равновесии	1
23	Акробатические упражнения	1
24	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	1
25	Подвижные игры «Наша безопасность»	1

26	Подвижные игры с элементами акробатических упражнений	1
27	Весенние развлечения	1
28	Наш друг режим	1
29	Путешествие в страну Витаминию	1
30	Подвижные игры по выбору учащихся	1
31	Знакомство с доктором Физические упражнения	1
32	Спортивный праздник «Физкульт-ура!»	1
33	Спортивный праздник «Быстрее, выше, сильнее».	1

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1	Открываем дверь в сказку Здоровья	1
2	Космонавты	1
3	Правильная осанка	1
4	Двигательный режим учащегося.	1
5	Путешествие в город «Угадай-ка»	1
6	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.	1
7	Осенние развлечения	1
8	Многоскоки	1
9	Правила выполнения дыхательных упражнений	1
10	Метание малых мячей	1
11	Подвижные игры «Учимся, играя!»	1
12	Школа мяча	1
13	Сбор витаминок здоровья	1
14	Наш друг режим	1
15	Зимние развлечения	1
16	Подвижные игры по выбору учащихся	1
17	Спортивный праздник «Физкульт-ура!»	1
18	Лазания и перелазания	1
19	Прыжковые упражнения	1
20	Танцевальные шаги	1
21	Космическое путешествие на Марс	1
22	Упражнения в равновесии	1
23	Акробатические упражнения	1
24	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	1
25	Подвижные игры «Наша безопасность»	1

26	Подвижные игры с элементами акробатических упражнений	1
27	Весенние развлечения	1
28	Наш друг режим	1
29	Путешествие в страну Витаминию	1
30	Подвижные игры по выбору учащихся	1
31	Знакомство с доктором Физические упражнения	1
32	Спортивный праздник «Физкульт-ура!»	1
33	Преодоление полосы препятствий «Кто быстрее?»	1
34	Спортивный праздник «Быстрее, выше, сильнее».	1

3 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Личная гигиена	1
2	Знакомство с правилами Страны Игр	1
5	Правильная спортивная одежда и обувь	1
6	Пальчиковая гимнастика	1
7	Что такое Физические качества?	1
8	Простудным заболевания скажем «Нет!»	1
9	«Кто забьет!»	1
10	Игры с мячами	1
11	Игра в баскетбол по упрощенным правилам	1
12	Страна «Гимнастика»	1
13	Ходьба и бег	1
14	Личная гигиена	1
15	Оказание первой медицинской помощи	1
16	Пришла зима	1
17	Правильное дыхание и сердцебиение	1
18	Страна Мячей	1
19 20	Самостоятельные занятия спортом	2
21 22 23	Физические качества младшего школьника	3
24 25	Подвижные игры с элементами акробатических упражнений	2
26	Разнообразный мир упражнений мячом	3

27 28		
29	Утомление	1
30	Дыхательные упражнения	1
31 32	Физические качества младшего школьника	2
33	Режим труда и отдыха	1
34	Спортивный праздник «Быстрее, выше, сильнее»	1

Формы проведения занятий

•Беседа
•Эстафета
•Подвижные игры
•Игры по выбору
•Практические упражнения
•Спортивный праздник

Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	*Основное содержание*	*Количество часов*
		всего
1	Легкоатлетические упражнения и подвижные игры	22
2	Гимнастика с элементами акробатики	11
	Итого:	33

2 класс

№ п/п	*Основное содержание*	*Количество часов*
		всего
1	Легкоатлетические упражнения и подвижные игры	22
2	Гимнастика с элементами акробатики	12
	Итого:	34

3 класс

№ п/п	*Основное содержание*	*Количество часов*
		всего
1	Легкая атлетика	8
2	Подвижные игры с элементами баскетбола	9

3	Гимнастика с элементами акробатики	8
4	Подвижные игры с элементами волейбола	9
	Итого:	34

Пропумеровано, прошито и скреплено
печатью
7 (семь)
листов
О.А. Лущик

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«К... ...ская
Школа №1
ИМЕНИ АВРААМОВА
ГЕОРГИЯ НИКОЛАЕВИЧА»
СИМФЕРОПОЛЬСКОГО
РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
ОГРН 1159102010121
ИНН 9109008815