

Ленинградская область  
Комитет образования Волосовского муниципального района  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Сабская средняя общеобразовательная школа»

ПРИЛОЖЕНИЕ 2  
К ООП НОО

**Рабочая программа курса  
внеурочной деятельности  
«Я первоклассник»  
1 класс**

Пенькова В.А.  
учитель начальных классов  
высшей квалификационной категории  
Кириллов И.А.  
учитель физической культуры и ОБЖ

## **Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Я - первоклассник»**

Программа курса внеурочной деятельности для первоклассников в адаптационный период «Я – первоклассник» разработана на основе: Закона Российской Федерации «Об образовании в РФ», ст. 32 «Компетенция и ответственность образовательного учреждения» (п.7); Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования третьего поколения.

Данная программа рассчитана на изучение 8 часов музыки, изобразительного искусства, технологии и 26 часов физической культуры в адаптационный период обучающихся 1 класса в сентябре-октябре. Модуль «Ты учишься изображать» (предмет: изобразительное искусство) – один раз в неделю; модуль «Музыка вокруг нас» (предмет: музыка) - один раз в неделю; модуль «Мир вокруг нас» (предмет: технология) - один раз в неделю; модуль «Здоровый образ жизни» (предмет: физическая культура) – три раза в неделю.

### **Пояснительная записка**

Начальный период обучения в первом классе должен создать благоприятные условия для адаптации ребенка к школе, обеспечивающие его дальнейшее благополучное развитие, обучение и воспитание. Задачи адаптационного периода едины для всех систем начального образования.

Первый год обучения трудный для ребенка: меняется привычный уклад его жизни, он адаптируется к новым социальным условиям, новой деятельности, незнакомым взрослым и сверстникам. Более неблагоприятно адаптация протекает у детей с нарушениями физического и психологического здоровья.

Для успешного обучения школьников в этот период необходимо учитывать особенности их адаптации (привыкания, приспособления) к школьной жизни.

Особого внимания со стороны учителя требуют первые дни пребывания детей в школе. Необходимо помнить, что такие качества отдельных детей, как невнимательность, неусидчивость, быстрая отвлекаемость, неумение управлять своим поведением, связаны с особенностями их психики, поэтому важно не делать детям резких замечаний, не одергивать их, стараться фиксировать внимание на положительных проявлениях ученика.

В процессе обучения важно учитывать индивидуальные особенности ребенка. В начале обучения учитель должен предоставить каждому ребенку возможность работать в присутствии ему темпе. Совершенно не допустимы в это время замечания типа «Быстрее!», «Задерживаешь всех!» и т.п. Объем работы школьников должен увеличиваться постепенно.

Учитель строит свою деятельность с учетом степени и длительности адаптации первоклассников к школе. Он должен быть сдержанным, спокойным, подчеркивать достоинства и успехи детей, стараться наладить их отношения со сверстниками. Целесообразно вызывать в первые месяцы учебного года к доске детей неуверенных в себе, стеснительных. Специальной дополнительной работы учителя и психолога требует устранение трудностей обучения, возникающие у некоторых школьников, повышение их интереса к учебной деятельности и уверенности в собственных силах.

Если учитель не учитывает трудности адаптационного периода, то это может привести к нервному срыву ребенка и нарушению его психического здоровья.

Стиль общения учителя с первоклассниками должен учитывать особенности поведения детей, связанные с их умением общаться с взрослыми и сверстниками. Тон учителя должен быть доверительным и мягким. Не допустим авторитарный стиль общения учителя с ребенком.

Первоклассники способны сосредоточенно, без отвлечения заниматься однотипной деятельностью 10-12 минут, что определяет требования к организации и структуре урока в первом классе.

Возрастные особенности детей седьмого года жизни (сложность произвольной регуляции деятельности, быстрая утомляемость и др.) предполагают, что для них очень сложны статические нагрузки, ограничения двигательного режима, быстрое переключение с одного вида деятельности на другой и т.п.

Для первоклассников очень актуальны виды деятельности, которыми они занимались в дошкольном детстве. Поэтому следует активно включать игру в учебный процесс, а не запрещать её, не исключать из жизни первоклассника. В первом классе игра имеет особое значение для формирования умения учиться – основной деятельности, которой занимается теперь ребенок. Принципиально важно обратить внимание на два вида игр – ролевые и игры с правилами (дидактические, подвижные, настольно-печатные).

Игра с правилами, как и учебная деятельность, обязательно дает результат: развивает самооценку, самоконтроль и самостоятельность. На первом году обучения игры с правилами должны присутствовать на каждом уроке, заполнять перемены и динамическую паузу (подвижные, настольно-печатные). Дидактические игры всегда имеют учебную задачу, которую нужно решать. Ролевые игры очень важны для формирования произвольного поведения, воображения, творчества ученика.

Учитывая наглядно-образный характер мышления детей этого возраста, необходимо существенное место на уроках отводить моделирующей деятельности со схемами, моделями звуков и слов, геометрическими формами, объектами природы и т.п.

### **Общая характеристика курса внеурочной деятельности**

Каждый обучающийся обеспечивается удобным рабочим местом (столом) в соответствии с ростом, состоянием слуха и зрения ребенка. Целесообразно располагать столы так, чтобы можно было организовать фронтальную, парную и групповую работу на уроке. Учебники и дидактические пособия для первоклассников рекомендуется хранить в школе.

Данная программа помогает учителю в реализации требований Санитарных правил, в создании благоприятных условий для адаптации детей к школе, снятии

статистического напряжения школьников при одновременном выполнении программ по всем предметам.

Начальный период обучения в первом классе должен создать благоприятные условия для адаптации ребенка к школе, обеспечивающие ему дальнейшее благополучное развитие, обучение и воспитание. Задачи адаптационного периода едины для всех систем начального образования.

В первом классе в сентябре и октябре проводится по 3 урока по 35 минут каждый. В письме «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы сказано: «...в сентябре – октябре проводится ежедневно по три урока, остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми». Чтобы выполнить задачу снятия статистического напряжения школьников, рекомендуется на четвертых уроках использовать не классно – урочную, а иные формы организации учебного процесса.

Согласно учебному плану в 1 классе учебная нагрузка составляет 21 час в неделю. Первыми часами рекомендуется проводить уроки чтения и русского языка (период обучения грамоте).

В течение восьми недель последними часами проводятся уроки физкультуры, а также уроки по другим предметам в форме уроков – игр, уроков – экскурсий, уроков – театрализаций и т.п. в иной, нетрадиционной форме изучается или закрепляется программный материал.

Цель: разностороннее развитие и воспитание духовно-нравственной, социально-адаптированной личности каждого учащегося.

Задачи программы:

- формирование социальных умений
- создание условий для полноценного, безопасного отдыха учащихся во внеурочное время;
- раскрытие творческого потенциала учащихся;
- развитие различных форм общения в классном коллективе;

**Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностные результаты:**

- Сформированность эстетических чувств, художественно-творческого мышления, наблюдательности и фантазии
- Умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, их понимание и оценка – умение ориентироваться в культурном многообразии окружающей действительности, участие в музыкальной жизни класса, школы, города.
- Развитие музыкально-эстетического чувства, проявляющего себя в эмоционально-ценностном отношении к искусству, понимании его функций в жизни человека и общества.
- Воспитание патриотизма, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России.
- Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
- Приобретение навыков здорового питания, соблюдения гигиенических норм.
- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.

**Метапредметные результаты**

- Умение рационально строить самостоятельную творческую деятельность, умение организовать место занятий
- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения, оценки музыкальных сочинений.
- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.
- Готовность слушать собеседника и вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою, излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.
- Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.
- Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

### **Содержание курса внеурочной деятельности**

#### **Ты учишься изображать**

В период адаптации к новым для ребенка условиям школьного обучения художественным занятиям принадлежит особая роль. Потребность что-то изображать, рисовать, рассматривать – необходимый и специфический способ познания мира. Ребенок не столько создает произведение, сколько выражает свое состояние. Художественная деятельность ребенка предполагает особую установку учителя на творческое сотрудничество, на доверительность отношений. Поэтому сама атмосфера и цели художественных занятий предполагают свободные игровые формы общения.

Художественные занятия в период адаптации должны иметь различные формы:

- прогулки и экскурсии в парк с целью развития навыков восприятия, эстетического любования и наблюдательности, сбора природных материалов для художественных занятий;
- игры (тема урока «Игра в художника и зрителя»)

Разнообразие форм деятельности и полнота впечатлений на уроках ИЗО способствует снятию напряжения.

#### **Музыка вокруг нас**

Основой изучения закономерностей музыкального искусства учащимися являются простейшие музыкальные жанры: песня, танец, марш, их интонационно-образные особенности. Учебная деятельность первоклассников на уроках музыки может включать в себя ярко выраженные игровые элементы.

Учителем могут использоваться образно-игровые приемы:

- пластическое интонирование;
- музыкально-ритмические движения;
- разыгрывание и инсценировки стихов и музыки и др.

Эти приемы позволяют сделать процесс освоения музыки как искусства увлекательным, интересным, насыщенным разнообразными формами деятельности учащихся, что устранил двигательную пассивность и перегрузки детей в первые месяцы их обучения.

#### **Мир вокруг тебя**

Основные направления работы на первых уроках технологии включают в себя расширение сенсорного опыта детей, развитие моторики рук, формирование познавательных интересов процессов (восприятия, внимания, памяти,

мышления...), формирование первоначальных приемов работы с ручными инструментами и пр.

Часть уроков технологии рекомендуется проводить в форме экскурсий и игр.

1. Экскурсии «Красота окружающей среды», «Образы родного края», «Сказочные животные» и др. помогут развивать умения видеть образы в окружающих предметах, формировать художественный образ на уроках труда.
2. Экскурсии по сбору природного материала: «Природа-художник и скульптор», «Что нам дарит природа».
3. Экскурсии могут включать игры-соревнования на развитие глазомера, чувства цвета, формы: «Собери листочки одинаковой формы», «Кто больше придумает образов, которые можно сделать из шишки, желудя и др.» «Из каких природных материалов можно сделать фигурку лисички».
4. Уроки на свежем воздухе с играми и конкурсами, связанные с подбором природного материала: «Кого тебе напоминает эта веточка?», «найди листочки, напоминающие по форме перо птицы».
5. Уроки-конкурсы с использованием изготовленных поделок.

### **Здоровый образ жизни**

**Бег:** с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.

**Прыжки:** на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.

**Броски:** большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

**Метание:** малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.

### **Тематическое планирование с определением основных видов внеурочной деятельности обучающихся**

| №<br>п/п                                            | Дата | Тема                                             | Виды внеурочной<br>деятельности<br>обучающихся                                                                                                                     | Кол-во<br>часов |
|-----------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| <b>Общекультурное направление (8 часов)</b>         |      |                                                  |                                                                                                                                                                    |                 |
| <b>Ты учишься изображать</b>                        |      |                                                  |                                                                                                                                                                    |                 |
| 1                                                   |      | Изображения всюду вокруг нас                     | Прогулки и экскурсии в парк с целью развития навыков восприятия, эстетического любования и наблюдательности, сбора природных материалов для художественных занятий | 1               |
| 2                                                   |      | Мастер Изображения учит видеть                   |                                                                                                                                                                    | 1               |
| 3                                                   |      | Изображать можно пятном                          |                                                                                                                                                                    | 1               |
| 4                                                   |      | Изображать можно в объеме                        |                                                                                                                                                                    | 1               |
| 5                                                   |      | Изображать можно линией                          |                                                                                                                                                                    | 1               |
| 6                                                   |      | Разноцветные краски                              |                                                                                                                                                                    | 1               |
| 7-8                                                 |      | Изображать можно и то, что невидимо (настроение) | Играют по теме урока «Игра в художника и зрителя», «Мир полон украшений»                                                                                           | 2               |
| 9                                                   |      | Художники и зрители (обобщение темы)             |                                                                                                                                                                    | 1               |
| <b>Духовно – нравственное направление (9 часов)</b> |      |                                                  |                                                                                                                                                                    |                 |

| Музыка вокруг нас                                |      |                                                                      |                                                                                                                                                        |   |
|--------------------------------------------------|------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 1                                                |      | И Муза вечная со мной!                                               | Слушают простейшие музыкальные жанры: песня, танец, марш. Знакомятся с интонационно-образными особенностями. Разыгрывают и инсценируют стихи и музыку. | 1 |
| 2                                                |      | Хоровод муз.                                                         |                                                                                                                                                        | 1 |
| 3                                                |      | Повсюду музыка слышна.                                               |                                                                                                                                                        | 1 |
| 4                                                |      | Душа музыки - мелодия.                                               |                                                                                                                                                        | 1 |
| 5                                                |      | Музыка осени.                                                        |                                                                                                                                                        | 1 |
| 6                                                |      | Сочини мелодию. Музыка моего края                                    |                                                                                                                                                        | 1 |
| 7                                                |      | «Азбука, азбука каждому нужна...».                                   |                                                                                                                                                        | 1 |
| 8                                                |      | Музыкальная азбука                                                   |                                                                                                                                                        | 1 |
| Мир вокруг тебя                                  |      |                                                                      |                                                                                                                                                        |   |
| № п.п.                                           | Дата | Тема урока, элементы содержания                                      |                                                                                                                                                        |   |
| Давайте познакомимся (2 ч)                       |      |                                                                      |                                                                                                                                                        |   |
| 1                                                |      | Как работать с учебником.<br>Я и мои друзья<br>Что такое технология. |                                                                                                                                                        |   |
| 2                                                |      | Материалы и инструменты.<br>Организация рабочего места.              |                                                                                                                                                        |   |
| Человек и земля (6ч)                             |      |                                                                      |                                                                                                                                                        |   |
| 3                                                |      | Природный материал.                                                  |                                                                                                                                                        |   |
| 4                                                |      | Пластилин. Изделие: аппликация из пластилина «Ромашковая поляна».    |                                                                                                                                                        |   |
| 5                                                |      | Пластилин. Изделие «Мудрая сова».                                    |                                                                                                                                                        |   |
| 6                                                |      | Растения.<br>Изделие: «заготовка семян»                              |                                                                                                                                                        |   |
| 7                                                |      | Сбор листьев и способы их засушивания                                |                                                                                                                                                        |   |
| 8                                                |      | Конструирование изделий из природного материала                      |                                                                                                                                                        |   |
| Спортивно-оздоровительное направление (24 часов) |      |                                                                      |                                                                                                                                                        |   |
| Здоровый образ жизни                             |      |                                                                      |                                                                                                                                                        |   |
| 1                                                |      | Знания о физической культуре                                         | Определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.                           | 1 |
| 2                                                |      | Режим дня школьника                                                  | Рассказывают и показывают физические упражнения, встречающихся в течении дня. Учатся грамотно распределяться временем                                  | 1 |
| 3                                                |      | Гигиена человека                                                     | Разговор о важности гигиены человека, гигиены в зале и после него.                                                                                     | 1 |
| 4                                                |      | Осанка человека                                                      | Разговор об осанке человека, как её сохранить, меры                                                                                                    | 1 |

|  |  |  |                               |  |
|--|--|--|-------------------------------|--|
|  |  |  | предосторожности и упражнения |  |
|--|--|--|-------------------------------|--|

|         |  |                                                                                                           |                                                                                |   |
|---------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---|
| 5       |  | Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника                                                 | Изучение физкультминутки, её важность и упражнения                             | 1 |
| 6       |  | Подвижная игра «Мышеловка»                                                                                | Играют в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.                          | 1 |
| 7       |  | Тестирование метания малого мяча на точность                                                              | Метание различных предметов и мяча на дальность с места из различных положений | 1 |
| 8       |  | Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 сек. | Выполняют упражнения.                                                          | 1 |
| 9       |  | Тестирование челночного бега                                                                              | Выполняют упражнения                                                           | 1 |
| 10      |  | Тестирование бега на 30 и 60 метров                                                                       | Выполняют упражнения                                                           | 1 |
| 11      |  | Тестирование прыжка в длину с места                                                                       | Правильно выполняют основные движения в прыжках                                | 1 |
| 12      |  | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа                                              | Выполняют упражнения.                                                          | 1 |
| 13      |  | Тестирование виса на время                                                                                | Выполняют упражнения.                                                          | 1 |
| 14      |  | Тестирование планки на ровных руках и согнутых, «стульчика», планки на одной руке.                        | Выполняют упражнение                                                           | 1 |
| 15      |  | Тестирование прыжков на скакалке                                                                          | Выполняют упражнения                                                           | 1 |
| 16      |  | Итог по занятиям                                                                                          | Рефлексия по всему разделу. Зачёт                                              | 1 |
| ШАХМАТЫ |  |                                                                                                           |                                                                                |   |
| 1       |  | Шахматная история                                                                                         | Знакомятся с шахматной историей                                                | 1 |

|   |  |                                      |                                          |   |
|---|--|--------------------------------------|------------------------------------------|---|
| 2 |  | Шахматная доска                      | Изучение основ игры шахматы              | 1 |
| 3 |  | Горизонталь                          | Изучение горизонтали                     | 1 |
| 4 |  | Вертикаль                            | Изучение вертикали                       | 1 |
| 5 |  | Диагональ                            | Изучение диагонали                       | 1 |
| 6 |  | Шахматная нотация                    | Изучение основ игры Шахматы              | 1 |
| 7 |  | Шахматные фигуры и начальная позиция | Изучение основ игры Шахматы              | 1 |
| 8 |  | Расстановка шахматных фигур          | Расставляют шахматы за чёрных и за белых | 1 |

## II четверть

|    |  |                   |                                        |   |
|----|--|-------------------|----------------------------------------|---|
| 9  |  | Слон              | Изучение слона                         | 1 |
| 10 |  | Ферзь             | Изучение Ферзя                         | 1 |
| 11 |  | Конь              | Изучение Коня                          | 1 |
| 12 |  | Пешка             | Изучение пешки                         | 1 |
| 13 |  | Превращение пешки | Изучение превращений пешки.            | 1 |
| 14 |  | Короли            | Изучение короля                        |   |
| 15 |  | Ценность фигур    | Изучение основ игры шахматы            | 1 |
| 16 |  | Нападение         | Изучение основных принципов в шахматах |   |



## **Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса внеурочной деятельности**

- Классная аудиторная доска с набором приспособлений для крепления таблиц, картинок
- Магнитно-маркерная доска
- Компьютер
- Мультимедийный проектор
- Интерактивная приставка
- Документ-камера
- МФУ
- Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие тематике
- Интернет-ресурсы, соответствующие тематике
- Спортивный зал МОУ «Сабская СОШ»
- УМК по технологии, музыке, изобразительному искусству, физической культуре