**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Малоархангельского района**

**«Архаровская основная общеобразовательная школа»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Принято**заседанием педагогического совета Протокол № от  | **Утверждаю**Директор МБОУ«Архаровская оош»Приказ № от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Талызина Т.С.  |

**Рабочая программа**

**по внеурочной деятельности**

**«Будь здоров!»**

**4 класс**

(Спортивно-оздоровительное направление)

Составитель: учитель первой квалификационной категории Легонькова Татьяна Николаевна

с.Архарово

2020-2021 учебный год

**Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Будь здоров» для 4 класса разработана в соответствии:

- с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования: приказ. - М.: Просвещение, 2010. – 31 с.);

- с рекомендациями Примерной программы внеурочной деятельности под редакцией В.А. Горского М.: Просвещение, 2011г.;

Программа курса «Будь здоров!» реализует **спортивно-оздоровительное направление** во внеурочной деятельности в 4 классе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования второго поколения.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

**Актуальность программы**

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Программа внеурочной деятельности по **спортивно-оздоровительному направлению** «Будь здоров!» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребёнка. Включает в себя, как теоретическую – изучение полезных и вредных привычек, так и практическую части – организация подвижных игр.

Путей и программ, направленных на первичную профилактику злоупотребления курением и наркотическими веществами, предложено много. Очень важно, чтобы профилактика асоциальных явлений взяла своё начало в начальных классах.

Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формирование установок на ведение здорового образа жизни.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве. В программу включено знакомство с различными подвижными играми. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

Подвижные игры имеют и оздоровительное значение. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей.

**Цели программы:**

* создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
* приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

**Задачи**, решаемые в рамках данной программы:

* обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
* познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
* профилактика вредных привычек
* воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням;
* развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
* воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

**Планируемые результаты освоения программы**

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятель­ности можно оценить по двум уровням.

**Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):**приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; о русских народных играх и играх разных народов; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

**Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):** развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

**Основные направления реализации программы:**

-организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;

– организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);

– организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;

– активное использование спортивной площадки

– проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;

– санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;

– организация питания учащихся;

– проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,

– организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;

– организация и проведение профилактической работы с родителями;

– организация встреч родителей с медицинским работником.

**Результатом практической деятельности по программе «Будь здоров!» можно считать следующие критерии:**

Высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.

* Среди учащихся начальных классов нет курящих детей.
* Повышается активность учащихся в мероприятиях школы, класса.
* Класс взаимодействует с младшими учащимися с целью просвещения и вовлечения в здоровый образ жизни, приглашают их на уроки здоровья, сценические выступления.
* Классный руководитель координирует проектную работу учащихся, направленную на сбор и оформление информации по темам укрепления здоровья. Результаты представляем на классных часах и внеклассных мероприятиях начальных классов школы.
* Высокий уровень активности родителей по вопросам сохранения здоровья.

**Описание места курса в учебном плане**

На реализацию курса «Будь здоров!» в 4 классе отводится 34 ч в год

( 1 час в неделю).

**Ценностные ориентиры содержания курса**

* Природа как одна из важнейших основ здоровой и гармо­ничной жизни человека и общества.
* Культура как процесс и результат человеческой жизнедеятель­ности во всём многообразии её форм.
* Наука как часть культуры, отражающая человеческое стрем­ление к истине, к познанию закономерностей окружающего мира природы и социума.
* Осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур
* Патриотизм как одно из проявлений духовной зрелости чело­века, выражающейся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.
* Семья как первая и самая значимая для развития ребёнка социальная и образовательная среда, обеспечивающая преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.
* Труд и творчество как естественное условие человеческой жизни, состояние нормального человеческого существования.
* Свобода как выбор человеком своих мыслей и поступков, но свобода, ограниченная нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.
* Здоровый образ жизни в единстве составляющих: здо­ровье физическое, психическое, духовно и социально-нрав­ственное.
* Нравственный выбор и ответственность человека в отноше­нии к природе, историко-культурному наследию, к самому себе и окружающим людям.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты**

**освоения программы курса**

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

**Личностные результаты.**

*У учеников будут сформированы:*

* установка на безопасный, здоровый образ жизни;
* потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
* этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа;
* уважительное отношение к культуре других народов.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

**Регулятивные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
* осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

**Познавательные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* проводить сравнение и классификацию объектов;
* понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
* проявлять индивидуальные творческие способности.

**Коммуникативные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
* обращаться за помощью;
* формулировать свои затруднения;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;

**Предметные результаты:**

* формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

**Содержание программы (34ч.):**

**1 раздел (1 ч)**

**Вводные занятия**

За здоровый образ жизни. Беседы о безопасном поведении на дороге по пути в школу, в школе, на льду, на реке, на морозе.

**2 раздел (18ч)**

**Спорт любить — здоровым быть!**

Показать детям как можно разнообразить активные игры в школе. Цель данного направления работы предоставить детям возможность узнать о важности активного образа жизни. Увеличить перечень активных игр для детей.

* 1. *Народные игры* Разучивание русских народных игр: «Кот и мышь», «Коршун», «Горелки», «Пчёлки и ласточка». Разучивание игр разных народов. Украинские народные игры: «Высокий дуб», «Колдун», «Мак», «Перепёлочка». Белорусские народные игры: «Заяц-месяц», «Иванка», «Хлоп, хлоп, убегай!».

*2.Подвижные игры*Подобраны игры, носящие соревновательный характер, с применением инвентаря (мяча) и без него, игры с заучиванием слов.

2.2.1. Играя, подружись с бегом : «Бездомный заяц», «Борьба за флажки», «Пустое место», «Салки по кругу»

2.2.2. Игры – эстафеты : «Команда быстроногих», «Эстафеты-поезда», «Большая круговая эстафета».

* + 1. Игры с прыжками : «Зайцы в огороде», «Поймай лягушку», «Придумай и покажи», «Кружилиха»
		2. Кто сильнее? Игры-соревнования : «Бой петухов», «Борьба всадников», «Выталкивание спиной», «Эстафета с чехардой»
		3. Мой весёлый звонкий мяч!  «Школа мяча», «Мяч – соседу», «Гонка мячей по кругу», «Охраняй капитана», «Пушбол»
		4. Сюжетные игры : «Птица без гнезда», «Мы-весёлые ребята», «Два мороза», «Космонавты», «Совушка».

*2.3. Пальчиковые игры .* Это инсценировка каких-либо рифмо­ванных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требу­ют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентировать­ся в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т. Д. Очень важны эти игры для развития творческих способно­стей у детей. Если ребенок усвоит какую-нибудь одну «пальчико­вую игру», он обязательно будет стараться придумывать новую инсценировку для других стишков и песенок. «Волшебные пальчики», «Здравствуй, пальчик», «Долго, долго мы лепили», « Как живёшь?», «Кто приехал?», «Ну-ка, братцы, за работу».

*2.4. Зимние забавы .* Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров». Эстафета на санках. Лыжные гонки.

*2.5. Спортивные праздники*Праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», «Богатырская сила»,

**3 раздел (2 ч)**

**Игры на развитие психических процессов.** Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

**4раздел (12 ч)**

**Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!**

*4.1. Полезные и вредные привычки*. Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма. Курение – это болезнь. Вред от алкоголя. Наркотические вещества. Токсические вещества. Полезные лекарства. Вредные лекарства. Режим дня школьника. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

*4.2. Здоровое питание –отличное настроение.*  Вредные и полезные привычки в питании. Овощи на твоём столе. Полезные и вредные жвачки, конфеты, шоколадки. Фрукты – лучшие продукты. Очень вкусная еда, но не детская она: сладости, чипсы, напитки (пепси, фанта и т. Д.), торты, сало.

*4.3. Лечебная физкультура* Приёмы самомассажа и релаксации.Релаксационные настрои.**Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног, лица.**

*4.4. Помоги себе сам.* Оказание первой помощи. Познакомить детей с понятием «болезнь», с необходимостью обращаться за помощью к врачам. Показать детям опасные ситуации и научить правилам поведения в них. Показать основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Воспитывать желание помогать людям в трудных и опасных для здоровья ситуациях

*4.5. Праздники* «Мама, папа, я – здоровая семья», «В здоровом теле – здоровый дух»

*4.6. Часы здоровья.* «О пользе завтрака», «День каши» Цели: рассказать детям о каше как о традиционном блюде русской кухни, её пользе для здоровья; познакомить с правилами приготовления каши. «День соков». Цель: дать представление о значении жидкости для жизнедеятельности организма, необходимом количестве жидкости в ежедневном рационе питания человека, разнообразии и ценности напитков. «Фруктовый карнавал» поговорим о фруктах и их значении для организма человека.

**5 раздел (1 ч)**

**Итоговое занятие.**

Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника.

**Формы занятий:**

* беседы
* игры
* элементы занимательности и состязательности
* викторины
* конкурсы
* праздники
* часы здоровья

**В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 4 класса должны:**

**иметь представление**:

 о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

о режиме дня и личной гигиене;

о вредных и полезных привычках;

о народных играх;

 о различных видах подвижных игр;

о соблюдении правил игры.

**уметь**:

* применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;
* играть в подвижные игры;
* применять игры самостоятельно;
* соблюдать правила игры;
* работать в коллективе

**Формы подведения итогов работы:**

Анкетирование детей

Мониторинг состояния здоровья детей

Спортивные праздники с привлечением родителей

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** |
| 1 | Раздел 1: Вводное занятие | 1 |
| 2 | Раздел 2: Спорт любить-здоровым быть! | 18 |
| 3 | Раздел 3: Игры на развитие психических процессов | 2 |
| 4 | Раздел 4: Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть! | 12 |
| 5 | Раздел 5: Итоговое занятие | 1 |
| *Итого*  | 34 |

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Малоархангельского района**

**«Архаровская основная общеобразовательная школа»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Утверждаю**Директор МБОУ«Архаровская оош»Приказ № от \_\_\_\_\_\_\_Талызина Т.С.  |

**Календарно – тематическое планирование**

**по внеурочной деятельности**

**«Будь здоров!»**

**4 класс**

(Спортивно-оздоровительное направление)

Составитель: учитель первой квалификационной категории Легонькова Татьяна Николаевна

с.Архарово

2020-2021 учебный год

**Календарно - тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Количество часов** | **Тема урока** | **Планируемые результаты** | **Дата**  |
| **Предметные** | **Метапредметные** | **Личностные** | **План** | **Факт** |
| 1 | 1 | Вводное занятие. Составление безопасного маршрута следования от дома до школы | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 3.09 |  |
| 2 | 1 | Народные игры. Разучивание русских народных игр: «Кот и мышь», «Коршун», «Горелки», «Пчёлки и ласточка». | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 10.09 |  |
| 3 | 1 | Разучивание игр разных народов. Украинские народные игры: «Высокий дуб», «Колдун», «Мак», «Перепёлочка». Белорусские народные игры: «Заяц-месяц», «Иванка», «Хлоп, хлоп, убегай!». | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 17.09 |  |
| 4 | 1 | Подвижные игры.Играя, подружись с бегом: «Бездомный заяц», «Борьба за флажки | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 24.09 |  |
| 5 | 1 | Играя, подружись с бегом: «Пустое место», «Салки по кругу» | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 1.10 |  |
| 6 | 1 | Игры – эстафеты: «Команда быстроногих», «Эстафеты-поезда», «Большая круговая эстафета». | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 8.10 |  |
| 7 | 1 | Игры с прыжками: «Зайцы в огороде», «Поймай лягушку», | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 15.10 |  |
| 8 | 1 | Игры с прыжками: «Придумай и покажи», «Кружилиха» | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 22.10 |  |
| 9 | 1 | Игры-соревнования «Бой петухов», «Борьба всадников» | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. |  | 29.10 |  |
| 10 | 1 | Игры-соревнования «Выталкивание спиной», «Эстафета с чехардой» | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 12.11 |  |
| 11 | 1 | Мой весёлый звонкий мяч! «Школа мяча», «Мяч – соседу» | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 19.11 |  |
| 12 | 1 | Мой весёлый звонкий мяч! «Гонка мячей по кругу», «Охраняй капитана», «Пушбол» | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 26.11 |  |
| 13 | 1 | Сюжетные игры: «Птица без гнезда», «Мы-весёлые ребята», | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 3.12 |  |
| 14 | 1 | Сюжетные игры«Два мороза», «Космонавты», «Совушка». | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 10.12 |  |
| 15 | 1 | Пальчиковые игры.Инсценировка сказок при помощи пальцев | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 17.12 |  |
| 16 | 1 | Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров». | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 24.12 |  |
| 17 | 1 | Эстафета на санках. Лыжные гонки. | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 14.01 |  |
| 18 | 1 | Праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», «Богатырская сила», | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 21.01 |  |
| 19 | 1 | Праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», «Богатырская сила», | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 28.01 |  |
| 20 | 1 | Игры на развитие психических процессов. | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 4.02 |  |
| 21 | 1 | Игры на развитие психических процессов. | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 11.02 |  |
| 22 | 1 | Вредные привычки. Курение – это болезнь. Вред от алкоголя. Наркотические вещества. Токсические вещества. Вредные лекарства | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзейВыполнять правила личной гигиены, безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах. | 18.02 |  |
| 23 | 1 | Полезные привычки. Режим дня школьника. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 25.02 |  |
| 24 | 1 | Здоровое питание –отличное настроение.Полезные привычки в питании. Овощи и фрукты на твоем столе | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 4.03 |  |
| 25 | 1 | Вредные привычки в питании.  | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 11.03 |  |
| 26 | 1 | *Лечебная физкультура*Приёмы самомассажа и релаксации.Релаксационные настрои. | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 18.03 |  |
| 27 | 1 | Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног, лица. | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 1.04 |  |
| 28 | 1 | Помоги себе сам. Правила оказания первой помощи. | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 8.04 |  |
| 29 | 1 | Праздник «Мама, папа я – здоровая семья» | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 15.04 |  |
| 30 | 1 | Праздник «В здоровом теле-здоровый дух» | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 22.04 |  |
| 31 | 1 | Час здоровья «О пользе завтрака» | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 29.04 |  |
| 32 | 1 | Час здоровья «День каши» | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 6.05 |  |
| 33 | 1 | Час здоровья «День соков» | Формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе | **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.**Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.**К:**Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. | Адекватно воспринимать оценку учителяПроявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 13.05 |  |
| 34 | 1 | Итоговое занятие. | Овладение умениями организовывать здоровье-сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.) | **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям**Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».**К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). | Проявлять уважение к своей семье, сверстникам, педагогам. Ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей | 20.05 |  |