

П Р О В Е Р Е Н А

Заместитель директора по ВР
ГБОУ гимназии
им. С. В. Байменова
города Похвистнево
_____ Н. А. Власова
« 08 » августа 2023 г.

У Т В Е Р Ж Д Е Н А

И.о.директора ГБОУ гимназии
им. С. В. Байменова
города Похвистнево
_____ А.А. Бочарова
Приказ № 259-од
от «09» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Наименование курса	«Здоровейка»
Классы	1 – 4
Количество часов	135
Составитель	Галкина Галина Александровна

Рассмотрено на заседании методического объединения учителей начальных классов протокол № 6 от 07 августа 2023 г.
Руководитель МО
_____ Г.А. Галкина

Пояснительная записка

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20).
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685-21).
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р) и Плана мероприятий по её реализации в 2021 — 2025 годах (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р).
- Основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ гимназии им. С.В.Байменова города Похвистнево

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

- **Формирование:**
- представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;
- **Обучение:**
- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Поиграйка» состоит из четырёх частей:

1 класс: первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, развитие физических качеств с помощью подвижных игр.

2 класс: культура питания, закаливающие процедуры, подвижные и спортивные игры.

3 класс: вредные привычки и их профилактика, подвижные и спортивные игры.

4 класс: формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, проведение спортивных мероприятий вместе с родителями.

Содержание программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка» отражает социальную, психологическую и соматическую характеристику здоровья. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы 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 познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- **Личностные результаты**
 - Личностные результаты изучения курса характеризуют готовность обучающихся руководствоваться традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и должны отражать приобретение первоначального опыта деятельности обучающихся в части:
 - **Гражданско-патриотического воспитания:** первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.
 - **Духовно-нравственного воспитания:** проявление культуры общения, уважительного отношения к людям, их взглядам, признанию их индивидуальности; принятие существующих в обществе нравственно-этических норм поведения и правил межличностных отношений, которые строятся на проявлении гуманизма, сопереживания, уважения и доброжелательности.
 - **Эстетического воспитания:** использование полученных знаний в продуктивной и преобразующей деятельности, в разных видах художественной деятельности.
 - **Физического воспитания,** формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: соблюдение правил организации здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни; выполнение правил безопасного поведения в окружающей среде (в том числе информационной); бережное отношение к физическому и психическому здоровью.
 - **Трудового воспитания:** осознание ценности трудовой деятельности в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.
 - **Экологического воспитания:** проявление бережного отношения к природе;
 - неприятие действий, приносящих вред природе.
 - **Ценности научного познания:** формирование первоначальных представлений о научной картине мира; осознание ценности познания, проявление познавательного интереса, активности, инициативности, любознательности и самостоятельности в обогащении своих знаний, в том числе с использованием различных информационных средств.
 - **метапредметные результаты** — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- 1. Регулятивные УУД:**
- **Определять и формулировать** цель деятельности на уроке с помощью учителя.
 - **Проговаривать** последовательность действий на уроке.
 - Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить **работать** по предложенному учителем плану.
 - Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на уроке.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. **Познавательные УУД:**

- Делать предварительный отбор источников информации: **ориентироваться** в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

3. **Коммуникативные УУД:**

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- **Слушать** и **понимать** речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка» обучающиеся формируются следующие **предметные результаты:**

- формировать основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- объяснять особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- определять особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- выделять основы рационального питания;
- определять способы сохранения и укрепления здоровья;
- объяснять свои права и права других людей;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- объяснять влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- определять значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- формировать знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;

- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким. Для реализации программы «Здоровей-ка» необходима материально-техническая база:

1. Учебные пособия:

«Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при порезе», «Пропаганда здорового образа жизни», «Этикет», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз», «Хорошие манеры»; схемы: витаминная тарелка, профилактика инфекционных заболеваний и др.;

-измерительные приборы: весы, часы и их модели.

2. Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор и др.

Спортивный инвентарь:

Волейбольные мячи;

Баскетбольные мячи;

Канат;

Кегли или городки;

Скакалки;

Теннисные мячи;

Малые мячи;

Сетка волейбольная;

Щиты с кольцами;

Секундомер;

Маты;

Ракетки;

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания.

Занятия проводятся в спортивном зале.

Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника

формы проведения занятия и виды деятельности	тематика
Игры	Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим «В стране игрушек», «Матросы на корабле», «Природные ландшафты», «Физкульт-ура!», «Путешествие на парусном корабле», «Морское царство», «В мире животных», «Спортландия», «Палочка - игралочка», «Задорный обруч», «Веселый стадион» и др.

Дни здоровья, спортивные мероприятия	«Дальше, быстрее, выше» «Если хочешь быть здоровым» «Мой веселый звонкий мяч», «Чудесная скакалочка»,
Беседы	правила личной гигиены
Тесты и анкетирование	Чему мы научились за год. «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»
Просмотр презентаций	«Как сохранить и укрепить здоровье» «Остров здоровья»
Конкурсы рисунков, плакатов, выпуск газет, листовок	«В здоровом теле здоровый дух» «Мы за здоровый образ жизни» «Нет курению!»

Место курса в плане внеурочной деятельности

Программа курса предназначена для организации внеурочной деятельности, направленной на реализацию особых интеллектуальных и социокультурных потребностей обучающихся.

Программа курса составлена из расчёта 135 учебных часов — по 1 часу в неделю. В 1 классе — 33 часа, во 2—4 классах — по 34 часа.

Тематическое планирование 1 класс.

№	Наименование разделов и тем	Количество часов	Форма проведения занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Введение «Вот мы и в школе».	4	праздник	1. www.edu - "Российское образование" Федеральный портал. 2. www.school.edu - "Российский общеобразовательный портал". 3. www.school-collection.edu.ru/ Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов 4. www.it-n.ru " Сеть творческих учителей " 5. www.festival.1september.ru Фестиваль педагогических идей "Открытый урок"
2	Питание и здоровье	5	викторина	
3	Моё здоровье в моих руках	7	Викторина	
4	Я в школе и дома	6	Игра - викторина	
5	Чтоб забыть про докторов	4	Круглый стол	
6	Я и моё ближайшее окружение	3	Ролевая игра	
7	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	Диагностика	
	Итого:	33		

Тематическое планирование 2 класс.

№	Наименование разделов и тем	Количество часов	Форма проведения занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Введение «Вот мы и в школе».	4	КВН	1. www.edu - "Российское образование" Федеральный портал. 2. www.school.edu - "Российский общеобразовательный портал" 4. www.it-n.ru " Сеть творческих учителей " 5. www.festival.1september.ru
2	Питание и здоровье	5	викторина	
3	Моё здоровье в моих руках	7	За круглым столом	
4	Я в школе и дома	6	КВН	

5	Чтоб забыть про докторов	4	«Разговор о правильном питании» городской кокурс	Фестиваль педагогических идей "Открытый урок"
6	Я и моё ближайшее окружение	4	Школьная научно – практическая конференция	
7	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	Диагностика	
	Итого:	34		

Тематическое планирование 3 класс.

№	Название разделов и тем	Количество часов	Форма проведения занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Введение «Вот мы и в школе».	4	Праздник	1. www. edu - "Российское образование" Федеральный портал. 2. www. school.edu - "Российский общеобразовательный портал" 4. www.it-n.ru " Сеть творческих учителей " 5. www .festival.1september.ru Фестиваль педагогических идей "Открытый урок"
2	Питание и здоровье	5	Викторина	
3	Моё здоровье в моих руках	7	Круглый стол	
4	Я в школе и дома	6	Викторина	
5	Чтоб забыть про докторов	4	Круглый стол	
6	Я и моё ближайшее окружение	4	Соревнование	
7	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	Диагностика	
	Итого:	34		

Тематическое планирование 4 класс.

№	Название разделов и тем	Количество часов	Форма проведения занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Введение «Вот мы и в школе».	4	Круглый стол	1. www. edu - "Российское образование" Федеральный портал. 2. www. school.edu - "Российский общеобразовательный портал" 4. www.it-n.ru " Сеть творческих учителей "
2	Питание и здоровье	5	КВН	
3	Моё здоровье в моих руках	7	Викторина	

4	Я в школе и дома	6	Игра – викторина	<u>учителей"</u> 5. www .festival.1september.ru Фестиваль педагогических идей "Открытый урок"
5	Чтоб забыть про докторов	4	«Разговор о правильном питании»	
6	Я и моё ближайшее окружение	4	Беседа	
7	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	Диагностика Книга здоровья	
	Итого:	34		

Календарно-тематическое планирование 1 класс.

Номер урока по порядку	Наименование темы урока	Кол-во часов	Дата Проведения	Предметные результаты обучения	Планируемые образовательные Результаты (ЛР, МР)
Народные игры. 6 часов.					
1	«Вот мы и в школе». Русская народная игра «У медведя во бору»	1	01.09	-владеть знанием какие упражнения могут укрепить здоровье. - выполнять физические упражнения. -формировать знания том, что не только упражнения укрепляют здоровье, но и гигиена тела.	потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение; проявлять индивидуальные творческие способности; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество.
2	Русская народная игра «Филин и пташка».	1	08.09		потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение; проявлять индивидуальные творческие способности; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество.
3	Русская народная игра «Горелки».	1	15.09		потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение;

					<p>проявлять индивидуальные творческие способности; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество.</p>
4	Русская народная игра «Кот и мышь».	1	22.09		<p>потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение; проявлять индивидуальные творческие способности; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество.</p>
5	Русская народная игра «Блуждающий мяч».	1	29.09		<p>потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение; проявлять индивидуальные творческие способности; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество;</p>
6	Русская народная игра «Зарница»	1	06.10		<p>потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение; проявлять индивидуальные творческие способности; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество;</p>
Игры на развитие психических процессов. 27 часов.					
7	Игры на развитие восприятия.	1	13.10	<p>формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.</p>	<p>слушать собеседника; договариваться и приходить к общему решению; формулировать собственное мнение и позицию; осуществлять взаимный контроль;</p>
8	«Моё здоровье в моих руках»	1	20.10	<p>формирование первоначальных</p>	<p>осуществлять контроль, коррекцию и оценку</p>

	Упражнения и игры на внимание			представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
9	Игры на развитие памяти.	1	27.10	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
10	Игры на развитие воображения.	1	1.11	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
11	Игры на развитие мышления и речи.	1	17.11	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
12	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	1	24.11	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	проявлять индивидуальные творческие способности; работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; обращаться за помощью;
13	Игры на	1	01.12	формирование	проводить сравнение и классификацию объектов;

	внимание «Класс, смирно», «За флажками».			первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
14	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз»	1	08.12	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
15	Игра с мячом «Охотники и утки».	1	15.12	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
16	Весёлые старты с мячом.	1	22.12	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
17	«Чтоб забыть про докторов» Игра «Волк во рву»	1	12.01	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
18	Весёлые старты со скакалкой	1	19.01	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение

				здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	
19	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки»	1	26.01	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
20	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель».	1	2.02	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
21	Игра «Белки, волки, лисы».	1	9.02	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
22	Игра «Совушка».	1	16.02	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
23	Игра «Удочка»	1	23.02	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
24	Игра «Перемена мест»	1	2.03	формирование первоначальных	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;

				представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
25	Игра «Салки с мячом».	1	9.03	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
26	Игра «Прыгай через ров»	1	16.03	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
27	Перестрелка	1	23.03	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
28	Перестрелка	1	6.04	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
29	«Вот и стали мы на год взрослей» Перестрелка	1	13.04	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение

				и социализации в обществе.	
30	Спортивный праздник.	1	20.04	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
31	«Мяч поднимай-мышцы укрепляй»	1	27.04	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
32	«Быстро мяч передавай-свою ловкость развивай»	1	4.05	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
33	«Я в руках её кручу и скачу, скачу, скачу»	1	11.05	формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.	понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение

Календарно-тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Наименование темы урока	Кол-во часов	Дата проведения	Предметные результаты обучения	Планируемые образовательные Результаты (ЛР, МР)
<i>Введение «Вот мы и в школе». 4 часа.</i>					
1	Что мы знаем о ЗОЖ	1	01.09	-владеть знанием какие	понимать и принимать учебную задачу,

				упражнения могут укрепить здоровье. - выполнять физические упражнения. -формировать знания том, что не только упражнения укрепляют здоровье, но и гигиена тела.	сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; слушать собеседника; договариваться и приходить к общему решению;
2	По стране Здоровейке	1	08.09		понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;
3	В гостях у Мойдодыра	1	15.09		понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
4	Я хозяин своего здоровья	1	22.09		понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение
<i>Питание и здоровье. 5 часов.</i>					
5	Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.	1	29.09	-владеть знаниями какие продукты полезные для здоровья человека. -уметь определять понятия «здоровье». -распределять витамины по цвету фруктов. - владеть элементарными правилами этикета.	осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
6	Культура питания. Этикет.	1	06.10		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию

					при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
7	Спектакль «Я выбираю кашу»	1	13.10		понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;
8	«Что даёт нам море»	1	20.10		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
9	Светофор здорового питания	1	27.10		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
<i>Моё здоровье в моих руках. 7 часов.</i>					
10	Сон и его значение для здоровья человека	1	1.11	- формировать знания о том как улучшить свой сон. Какие продукты полезные для здоровья человека. -закаляться в домашних условиях. - формировать знания о том, как спорт укрепляет здоровье подростков. -выполнять ряд упражнений	осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;

11	Закаливание в домашних условиях	1	17.11	для укрепления иммунитета.	осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
12	<u>День здоровья</u> «Будьте здоровы»	1	24.11		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий.
13	Иммунитет	1	01.12		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
14	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1	08.12		понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;
15	Спорт в жизни ребёнка.	1	15.12		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
16	Слагаемые здоровья	1	22.12		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
<i>Я в школе и дома.6 часов.</i>					
17	Я и мои одноклассники	1	19.01	-формировать знания о том как улучшить свое зрение. -оказывать первую медицинскую помощь. -формировать знания о том,	понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов;

				как утомление негативно влияет на здоровье.	формулировать собственное мнение и позицию;
18	Почему устают глаза?	1	26.01	-выполнять ряд упражнений для укрепления мышц позвоночника.	осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
19	Гигиена позвоночника. Сколиоз	1	2.02		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
20	Шалости и травмы	1	9.02		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
21	«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление	1	16.02		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
22	Умники и умницы	1	23.02		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.

Чтоб забыть про докторов. 4 часа.

23	С. Преображенский «Огородники»	1	2.03	-формировать знания о том как защитить себя от простудных заболеваний. - составлять здоровый, разнообразный рацион питания на день. - формировать знания о том	осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
24	Как защитить себя от болезни. (Выставка рисунков)	1	9.03	какие сладости полезны для здоровья.	осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
25	<u>День здоровья</u> «Самый здоровый класс»	1	16.03		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
26	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1	23.03		осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение.
<i>Я и моё ближайшее окружение. 4 часа.</i>					
27	Мир эмоций и чувств.	1	13.04	-формировать знания о том какие, эмоции полезные, какие вредные. - научиться контролировать свои эмоции. -формировать знания о том как положительные эмоции хорошо влияют на здоровье.	понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;
28	Вредные привычки	1	20.04	-Заменять отрицательные	понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;

				эмоции, положительными.	осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;
29	«Веснянка»	1	27.04		понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;
30	В мире интересного	1	4.05		понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;
«Вот и стали мы на год взрослей». 4 часа.					
31	Я и опасность.	1	11.05	-знать какие опасности могут подстерегать летом -оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему. -формировать знания о том какие растения имеют	понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;
32	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»	1	18.05	полезные лечебные свойства. - составлять элементарную аптечку из подручных средств.	понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;
33	Первая помощь при отравлении	1	25.05		понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

					проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;
34	Наши успехи и достижения	1	25.05		понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов; формулировать собственное мнение и позицию;

Календарно-тематическое планирование. 3 класс.

Номер урока по порядку	Наименование темы урока	Кол-во часов	Дата Проведения	Предметные результаты обучения	Планируемые образовательные Результаты (ЛР, МР)
<i>Введение «Вот мы и в школе». 4 часа.</i>					
1.1	«Здоровый образ жизни, что это?»	1	01.09	-формировать знания о том какие упражнения могут укрепить здоровье. -выполнять физические упражнения. -формировать знания о том, что не только упражнения укрепляют здоровье, но и гигиена тела.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
1.2	Личная гигиена	1	08.09		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
1.3	В гостях у Мойдодыра	1	15.09		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.

					одноклассникам.
1.4	«Остров здоровья»	1	22.09		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
<i>Питание и здоровье. 5 часов.</i>					
2.1	Игра «Смак»	1	29.09	-формировать знания о том какие продукты полезные для здоровья человека. -определять понятия «здоровье». -формировать знания о том как распределить витамины по цвету фруктов.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
2.2	Правильное питание –залог физического и психологического здоровья	1	06.10	-формировать знания об элементарных правил этикета.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
2.3	Вредные микробы	1	13.10		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
2.4	Что такое здоровая пища и как её приготовить	1	20.10		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и

					одноклассникам.
2.5	«Чудесный сундучок»	1	27.10		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
<i>Моё здоровье в моих руках. 7 часов.</i>					
3.1	Труд и здоровье	1	1.11	-формировать знания о том, что труд - залог здоровья. -формировать знания о том, как правильно закаляться дома. -формировать знания о том, что умственный	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
3.2	Наш мозг и его волшебные действия	1	17.11	труд нужно сменять физической нагрузкой. -распределять физическую нагрузку, чтобы не навредить здоровью.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
3.3	<u>День здоровья</u> «Хочу остаться здоровым»	1	24.11		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
3.4	Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.	1	01.12		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и

					одноклассникам.
3.5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1	08.12		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
3.6	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	1	15.12		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
3.7	«Моё здоровье в моих руках»	1	22.12		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
<i>Я в школе и дома. 6 часов.</i>					
4.1	Мой внешний вид – залог здоровья	1	19.01	-формировать знания о том, что внешний вид, характеризует здоровое тело. -соблюдать элементарные правила гигиены. -формировать знания о том	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
4.2	«Доброречие»	1	26.01	какие упражнения улучшают осанку подростка. - распределять физическую нагрузку, чтобы не навредить здоровью.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.

4.3	Спектакль С. Преображнский «Капризка»	1	2.02		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
4.4	«Бесценный дар - зрение».	1	9.02		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
4.5	Гигиена правильной осанки	1	16.02		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
4.6	«Спасатели, вперёд!»	1	23.02		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
Чтоб забыть про докторов. 4 часа.					
5.1	Шарль Перро «Красная шапочка»	1	2.03	-формировать знания о том какие продукты защитят нас от простудных заболеваний. -составлять здоровый, разнообразный рацион питания на день.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
5.2	Движение это жизнь	1	9.03	-формировать знания о том какие сладости полезны для	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал,

				здоровья.	выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
5.3	<u>День здоровья</u> «Дальше, быстрее, выше»	1	16.03		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности	1	23.03		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
<i>Я и моё ближайшее окружение. 4 часа.</i>					
6.1	Мир моих увлечений	1	13.04	-формировать знания о том какие, эмоции полезные, какие вредные. - контролировать свои эмоции. -формировать знания о том как положительные эмоции хорошо влияют на здоровье.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
6.2	Вредные привычки и их профилактика	1	20.04	-Заменять отрицательные эмоции, положительными.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
6.3	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность. Кукольный	1	27.04		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух;

	спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»				умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
6.4	В мире интересного.	1	4.05		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
«Вот и стали мы на год взрослей». 4 часа.					
7.1	Я и опасность.	1	11.05	-формировать знания о том какие опасности могут подстергать летом. - оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему -формировать знания о том какие растения имеют полезные лечебные свойства. -составлять элементарную аптечку из подручных средств.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
7.2	Лесная аптека на службе человека	1	18.05		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
7.3	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	1	25.05		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
7.4	Чему мы научились и чего достигли	1	25.05		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке,

уважительно относиться к учителю и одноклассникам.

Календарно-тематическое планирование. 4 класс.

Номер урока по порядку	Наименование темы урока	Кол-во часов	Дата	Предметные результаты обучения	Планируемые образовательные
<i>Введение «Вот мы и в школе». 4 часа.</i>					
1	«Здоровье и здоровый образ жизни»	1	01.09	-формировать знания о том какие упражнения могут укрепить здоровье. -выполнять физические упражнения. -формировать знания о том, что не только упражнения укрепляют здоровье, но и гигиена тела.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
2	Правила личной гигиены	1	08.09		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
3	Физическая активность и здоровье	1	15.09		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
4	Как познать себя	1	22.09		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке,

					уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
<i>Питание и здоровье. 5 часов.</i>					
5	Питание необходимое условие для жизни человека	1	29.09	-формировать знания о том какие продукты полезные для здоровья человека. -определять понятия «здоровье». -формировать знания о том как распределить витамины по цвету фруктов.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
6	Здоровая пища для всей семьи	1	06.10	-формировать знания об элементарных правил этикета.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
7	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	1	13.10		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
8	Секреты здорового питания. Рацион питания	1	20.10		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
9	«Богатырская силушка»	1	27.10		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.

одноклассникам.

Моё здоровье в моих руках. 7 часов.

10	Домашняя аптечка	1	1.11	-формировать знания о том, что труд - залог здоровья. -формировать знания о том, как правильно закаляться дома. -формировать знания о том, что умственный труд нужно сменять физической нагрузкой.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
11	«Мы за здоровый образ жизни»	1	17.11	-распределять физическую нагрузку, чтобы не навредить здоровью.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
12	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	1	24.11		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
13	«Береги зрение с молодости».	1	01.12		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
14	Как избежать искривления позвоночника	1	08.12		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.

					одноклассникам.
15	Отдых для здоровья	1	15.12		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
16	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье	1	22.12		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
<i>Я в школе и дома. 6 часов.</i>					
17	«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»	1	19.01	-формировать знания о том как, неправильный режим дня может негативно влиять на здоровье. -соблюдать режим дня. -распределять физическую нагрузку.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
18	«Класс не улица ребята И запомнить это надо!»	1	26.01		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
19	Кукольный спектакль «Спешите делать добро»	1	2.02		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.

20	Что такое дружба? Как дружить в школе?	1	9.02		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
21	Мода и школьные будни	1	16.02		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
22	Делу время , потехе час.	1	23.02		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
<i>Чтоб забыть про докторов. 4 часа.</i>					
23	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1	2.03	-формировать знания о том как защитить себя от простудных заболеваний. -составлять здоровый, разнообразный рацион питания на день.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
24	<u>День здоровья</u> «За здоровый образ жизни» С.	1	9.03	-могут узнать какие сладости полезны для здоровья.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
25	Кукольный спектакль	1	16.03		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал,

	Преображенский «Огородники»				выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
26	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1	23.03		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
<i>Я и моё ближайшее окружение. 4 часа</i>					
27	Размышление о жизненном опыте	1	13.04	-формировать знания о том какие, эмоции полезные, какие вредные. - контролировать свои эмоции. -формировать знания о том как положительные эмоции хорошо влияют на здоровье. -Заменять отрицательные эмоции, положительными.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
28	Вредные привычки и их профилактика	1	20.04		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
29	Школа и моё настроение	1	27.04		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
30	В мире интересного.	1	4.05		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух;

					умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
<i>«Вот и стали мы на год взрослей». 4 часа.</i>					
31	Я и опасность.	1	11.05	-формировать знания о том какие опасности могут подстерегать летом. - оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему -формировать знания о том какие растения имеют полезные лечебные свойства.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
32	Игра «Мой горизонт»	1	18.05	-составлять элементарную аптечку из подручных средств.	Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
33	Гордо реет флаг здоровья	1	25.05		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.
34	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»	1	25.05		Умение организовать выполнение заданий; умение структурировать учебный материал, выделять в нем главное; умение воспринимать информацию на слух; умение соблюдать дисциплину на уроке, уважительно относиться к учителю и одноклассникам.

Критерии оценки знаний, умений и навыков.

Низкий уровень: удовлетворительное владение теоретической информацией по темам курса, умение пользоваться литературой при подготовке сообщений, участие в организации выставок, элементарные представления об исследовательской деятельности, пассивное участие в семинарах.

Средний уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по курсу, умение систематизировать и подбирать необходимую литературу, проводить исследования и опросы, иметь представление о учебно-исследовательской деятельности, участие в конкурсах, выставках, организации и проведении мероприятий.

Высокий уровень: свободное владение теоретической информацией по курсу, умение анализировать литературные источники и данные исследований и опросов, выявлять причины, подбирать методы исследования, проводить учебно-исследовательскую деятельность, активно принимать участие в мероприятиях, конкурсах, применять полученную информацию на практике.

Учебно-методическое обеспечение

1. Захаров. А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2015. - 85 с.
2. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2015. – № 11. – С. 75–78.
3. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2014. – 124 с.
4. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2017 г. – / Мастерская учителя.
5. Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное