Муниципальное общеобразовательное учреждение «Копорская общеобразовательная школа»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛ МУНИЦИПАЛЬНОЕ ЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬН "КОПОРСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛ "КОПОРСКАЯ ьная школа"

Подписано цифровой подписью: ОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬН АЯ ШКОЛА"

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «ЗДОРОВЕЙКА» 1-4 класс 2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровье сберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровье сберегающей компетентности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» 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 ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- 1. Федерального Закона от 29.12.2012 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- 2. Федеральный государственный образовательный стандарта начального общего образования.

В МОУ «Копорская школа» за последние годы накоплен опыт реализации здоровье сберегающего сопровождения, регулярно проводится мониторинг здоровья. На основании мониторинга можно констатировать, что с каждым годом растет заболеваемость обучающихся, особенно начальных классов. Наиболее часто отмечаются случаи ухудшения зрения, заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, нарушения со стороны опорно-двигательного аппарата, ожирение.

Принимая в расчёт динамику состояния здоровья обучающихся в нашей школе, принято решение по проектированию комплексной программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» для обучающихся 1-4 классов, реализация которой будет способствовать сохранению и укреплению здоровья обучающихся начальной школы.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» носит образовательновоспитательный 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.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в МОУ «Копорская школа».

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника школы, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием. А значит, образ выпускника- это не конечный результат, не итог в развитии личности, а тот базовый уровень, развитию и становлению которого должна максимально способствовать школы.

Следовательно, выпускник младших классов МОУ «Копорская школа», как современного образовательного учреждения должен иметь устойчивый интерес к учению, наблюдательность, осведомленность, применять знания на практике, быть исполнительным, уверенным, инициативным, добросовестным, заботливым, аккуратным, правдимым, креативным, инициативным, чувствовать доброту, иметь привычку к режиму, навыки гигиены, уметь согласовывать личное и общественное, иметь навыки самоорганизации, открытый внешнему миру.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие задачи:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Соответствие целей и задач программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» целям и задачам основной образовательной программы учреждения будет способствовать осуществлению пролонгированного эффекта от ее реализации в педагогической практике.

Не менее значимым при развитии здоровьесберегающей среды учреждения является состояние и перспективы обогащения материально-технической базы наглядными пособиями, техническими средствами обучения, спортивным инвентарем а также обеспечение и поддержка состояния экологической комфортности среды школьных помещений (создание гимнастического зала, игровой комнаты), в которых дети проводят значительную часть дня.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» 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 или на спортивном стадионе.

Здоровьесберегающая 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», «Физкультура!», «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!»			

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

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Поиграй-ка» 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 «Здоровейка» 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 готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» является формирование следующих умений:

- *Определять* и *высказывать* под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

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).

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» обучающиеся должны знать:

- > основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- > особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- > особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- > основы рационального питания;
- > правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- > основы развития познавательной сферы;
- > свои права и права других людей;
- > соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- > влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- > значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- > знания о "полезных" и "вредных" продуктах, значение режима питания.

уметь:

- > 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.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН «Здоровейка» 1 класс

Цель: первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.

Категория слушателей: обучающиеся 1 класса

Срок обучения:1 год

Режим занятий: 1 час в неделю, 33 часа в год

No	Have consequent and the second		F	Форма контроля	
п/п	Наименование разделов и дисциплин	час.	Лекции Практические занятия		Форма контроля
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	3	праздник
II	Питание и здоровье	5	3	2	викторина
III	Моё здоровье в моих руках	7	3	4	Викторина
IV	Я в школе и дома	6	3	3	Игра - викторина
V	Чтоб забыть про докторов	4	1	3	Круглый стол
VI	Я и моё ближайшее окружение	3	1	2	Ролевая игра
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2	2	Диагностика
	Итого:	33	14	19	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН «Здоровейка»

2 класс

Цель: интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, понятие о микробах, вредные привычки и их профилактика, применении лекарственных растений в профилактических целях.

Режим занятий: 1 час в неделю

No		Васта	В тог	м числе	Фотто
п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	Лекции	Практические занятия	Форма контроля
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	3	КВН
II	Питание и здоровье	5	3	2	викторина
III	Моё здоровье в моих руках	7	3	2	За круглым столом
IV	Я в школе и дома	6	3	3	КВН
V	Чтоб забыть про докторов	4	1	3	«Разговор о правильном питании» городской кокурс
VI	Я и моё ближайшее окружение	4	2	2	Школьная научно – практическая конференция
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2	2	Диагностика
	Итого:	34	16	18	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

«Здоровейка»

3 класс

Цель: интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, понятие о микробах, вредные привычки и их профилактика, применении лекарственных растений в профилактических целях.

Режим занятий: 1 час в неделю

	Наименование разделов и дисциплин	Расто	В том числе		Фотус
№ п/п		Всего, час.	Лекции	Практические занятия	Форма Контроля
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	3	Праздник
II	Питание и здоровье	5	3	2	Викторина
III	Моё здоровье в моих руках	7	3	4	
IV	Я в школе и дома	6	3	3	
V	Чтоб забыть про докторов	4	1	3	
VI	Я и моё ближайшее окружение	4	2	2	Соревнование
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2	2	Диагностика
	Итого:	34	16	18	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

«Здоровейка»

4 класс

Цель: формирование чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена школьной одежды, профилактика вредных привычек, культура эмоций и чувств.

Режим занятий: 1 час в неделю

	Наименование разленов и	Распо	В том числе			
№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, часов	Лекции	Практические занятия	Форма контроля	
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	3	Круглый стол	
II	Питание и здоровье	5	3	2	КВН	
III	Моё здоровье в моих руках	7	4	3	Викторина	
IV	Я в школе и дома	6	3	3	Игра – викторина	
V	Чтоб забыть про докторов	4	1	3	«Разговор о правильном питании»	
VI	Я и моё ближайшее окружение	4	2	2	Беседа	
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2	2	Диагностика. Книга здоровья	
	Итого:	34	16	18		

Календарно-тематическое планирование «Здоровейка» 1 класс

№	Тема занятия	Содержание	Дата	Планир	уемые результаты	
		занятия	Провед	Предметные	Личностные	Метапредметные
			ения			
			Народнь	<mark>ле игры</mark>		
1	«Вот мы и в школе». Русская народная	Игровые		оказывать посильную	Развитие	Слушать и
	игра «У медведя во бору»	правила.		помощь и моральную	этических чувств,	слышать друг
		Отработка		поддержку сверстникам	доброжелательно	друга, уметь
		игровых		при выполнении учебных	сти и	работать в группе.
		приёмов. Игра.		заданий, доброжелательно	эмоционально-	Определять
				и уважительно объяснять	нравственной	новый уровень
				ошибки и способы их	отзывчивости,	отношения к
				устранения	сочувствия	самому себе как
2	Русская народная игра «Филин и	Игровые		оказывать посильную	другим людям,	субъекту
	пташка».	правила. Выбор		помощь и моральную	развитие	деятельности,
		и ограничение		поддержку сверстникам	самостоятельност	находить
		игрового		при выполнении учебных	и и личной	необходимую
		пространства.		заданий, доброжелательно	ответственности	информацию.
		Проведение		и уважительно объяснять	за свои поступки	Уметь
		игры.		ошибки и способы их	на основе	рассказывать об
				устранения	представлений о	организационно-
3	Русская народная игра «Горелки».	Правила игры.		оказывать посильную	нравственных	методических
		Проведение		помощь и моральную	нормах,	требованиях,
		игры.		поддержку сверстникам	социальной	применяемых на
				при выполнении учебных	справедливости и	уроках
				заданий, доброжелательно	свободе.	физической
				и уважительно объяснять	Развитие мотивов	культуры,
				ошибки и способы их	учебной	планировать
				устранения	деятельности и	собственную

4	Русская народная игра «Кот и	Правила игры.	представлять физическую	осознание	деятельность,
	мышь».	Разучивание	культуру как средство	личностного	распределять
		игры.	укрепления здоровья,	смысла учения,	нагрузку и отдых
		Проведение	физического развития и	принятие и	в процессе её
		игры.	физической подготовки	освоение	выполнения;
			человека	социальной роли	выполнять старт с
5	Русская народная игра «Блуждающий	Правила игры.	выполнять жизненно	обучающегося,	опорой на одну
	мяч».	Проведение	важные двигательные	развитие навыков	руку, технически
		игры.	навыки и умения	сотрудничества со	правильно
			различными способами, в	сверстниками и	ВЫПОЛНЯТЬ
			различных изменяющихся,	взрослыми в	двигательные
			вариативных условиях	разных	действия
6	Русская народная игра «Зарница»	Правила игры.	в доступной форме	социальных	управлять
		Проведение	объяснять правила	ситуациях,	эмоциями при
		игры.	(технику) выполнения	умение не	общении со
		Эстафета.	двигательных действий,	создавать	сверстниками и
			анализировать и находить	конфликты и	взрослыми,
			ошибки, эффективно их	находить выход	сохранять
			исправлять	из спорных	хладнокровие,
				ситуаций.	сдержанность,
				проявлять	рассудительность,
				дисциплинирован	, находить
				ность трудолюбие	возможности и
				и упорство в	способы их
				достижении	улучшения;
				поставленных	технически
				целей;	правильно,
				проявлять	находить ошибки
				положительные	при выполнении
				качества	учебных заданий,
				личности и	отбирать способы
				управлять своими	их исправлении,
				эмоциями в	характеризовать

		Manage and			различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося
7	Игры на развитие восприятия.	Знакомство с	витис пси	хических процессов. бережно обращаться с	Чувств,	Слушать и
_ ′	ипры на развитие восприятия.	правилами и		инвентарём и	доброжелательно	слышать друг
		проведение игр		оборудованием, соблюдать	сти и	друга, уметь
		«Выложи сам»,		требования техники	эмоционально-	работать в группе.
		«Магазин		безопасности к местам	нравственной	Определять
		ковров»,		проведения	отзывчивости,	новый уровень
		«Волшебная			сочувствия	отношения к
		палитра».			другим людям,	самому себе как
8	«Моё здоровье в моих руках»	Упражнение		оказывать посильную	развитие	субъекту
	Упражнения и игры на внимание	«Ладонь –		помощь и моральную	самостоятельност	деятельности,
		кулак», игры		поддержку сверстникам	и и личной	находить
		«Ищи		при выполнении учебных	ответственности	необходимую
		безостановочно		заданий, доброжелательно	за свои поступки	информацию.
		», «Заметь		и уважительно объяснять	на основе	Уметь
		всё»,		ошибки и способы их	представлений о	рассказывать об
		«Запомни		устранения	нравственных	организационно-
		порядок».			нормах,	методических
9	Игры на развитие памяти.	Игры		выполнять технические	социальной	требованиях,
		«Повтори за		действия из базовых видов	справедливости и	применяемых на
		мной»,		спорта, применять их в	свободе.	уроках
		«Запомни		игровой и	Развитие мотивов	физической
		движения»,		соревновательной	учебной	культуры,
		«Художник».		деятельности	деятельности и	планировать
10	Игры на развитие воображения.	Игры		представлять физическую	осознание	собственную

		«Волшебное	культуру как средство	личностного	деятельность,
		яйцо», «Узнай,	укрепления здоровья,	смысла учения,	распределять
		кто я?»,	физического развития и	принятие и	нагрузку и отдых
		«Возьми и	физической подготовки	освоение	в процессе её
		передай».	человека	социальной роли	выполнения;
11	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Ну-ка,	оказывать посильную	обучающегося,	выполнять старт с
	1 1	отгадай»,	помощь и моральную	развитие навыков	опорой на одну
		«определим	поддержку сверстникам	сотрудничества со	руку, технически
		игрушку».	при выполнении учебных	сверстниками и	правильно
			заданий, доброжелательно	взрослыми в	выполнять
			и уважительно объяснять	разных	двигательные
			ошибки и способы их	социальных	действия
			устранения	ситуациях,	управлять
12	Игры на коррекцию эмоциональной	Игры «Баба	оказывать посильную	умение не	эмоциями при
	сферы ребёнка.	Яга», «Три	помощь и моральную	создавать	общении со
		характера».	поддержку сверстникам	конфликты и	сверстниками и
			при выполнении учебных	находить выход	взрослыми,
			заданий, доброжелательно	из спорных	сохранять
			и уважительно объяснять	ситуаций.	хладнокровие,
			ошибки и способы их	проявлять	сдержанность,
			устранения	дисциплинирован	рассудительность,
				ность трудолюбие	, находить
				и упорство в	возможности и
				достижении	способы их
				поставленных	улучшения;
				целей.	технически
					правильно,
					находить ошибки
					при выполнении
					учебных заданий
			<mark>цвижные игры</mark>	T	
13	Игры на внимание «Класс,	Правила игры.	представлять физическую	Развитие	Слушать и
	смирно», «За флажками».	Строевые	культуру как средство	этических чувств,	слышать друг

		упражнения;	укрепления здо	оровья. лобг	ожелательно	друга, уметь
		перестроение.	физического ра	• •		работать в группе.
		1 1	физической по		ционально-	Определять
			человека		вственной	новый уровень
14	Игра с элементами ОРУ «Море	Правила игры.	выполнять жиз	•	івчивости,	отношения к
	волнуется – раз»	Комплекс	важные двигат		вствия	самому себе как
	The state of the s	утренней	навыки и умен		тим людям,	субъекту
		гигиенической	различными сп		итие	деятельности,
		гимнастики.	различных изм		остоятельност	находить
			вариативных у	· ·	тичной	необходимую
15	Игра с мячом «Охотники и утки».	Комплекс	в доступной фо		тственности	информацию.
	ı ,	ОРУ с мячом.	объяснять прав	1	вои поступки	Уметь
		строевые	(технику) выпо		снове	рассказывать об
		упражнения с	двигательных ;	действий, пред	ставлений о	организационно-
		перестроением	анализировать	и находить нрав	вственных	методических
		из колонны по	ошибки, эффен		Max,	требованиях,
		одному в	исправлять	соци	иальной	применяемых на
		колонну по два.	_	спра	ведливости и	уроках
16	Весёлые старты с мячом.		находить отлич	чительные своб	боде.	физической
		Гимнастически	особенности в	выполнении Разв	итие мотивов	культуры,
		е упражнения.	двигательного	действия учеб	бной	планировать
		Эстафеты.	разными учени	иками, деят	ельности и	собственную
			выделять отли	чительные осоз	нание	деятельность,
			признаки и эле	ементы; личн	ностного	распределять
17	«Чтоб забыть про докторов»	Игры с мячом:	бережно обрац	цаться с смы	сла учения,	нагрузку и отдых
	Игра «Волк во рву»	ловля, бросок,	инвентарём и	прин	нятие и	в процессе её
		передача.	оборудованием	і, соолюдать	ение	выполнения;
			требования тех		альной роли	выполнять старт с
			безопасности в		ающегося,	опорой на одну
			проведения		итие навыков	руку, технически
18	Весёлые старты со скакалкой	Комплекс	оказывать поси		удничества со	правильно
		ОРУ со	помощь и мора	wilding io	стниками и	выполнять
		скакалкой.	поддержку све	рстникам взро	слыми в	двигательные

19	Игра с прыжками «Попрыгунчикиворобушки»	Правила игры. Проведение игры.	при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности	разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций. проявлять дисциплинирован ность трудолюбие	действия управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность, находить
20	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель».	Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	ность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; проявлять положительные	возможности и способы их улучшения; технически правильно, находить ошибки при выполнении
21	Игра «Белки, волки, лисы».	Правила игры. Проведение игры.	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения	качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	учебных заданий
22	Игра «Совушка».	Правила игры. Проведение игры.	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их		

			устранения		
23	Игра «Удочка»	Игры со	оказывать посильную		
		скакалкой,	помощь и моральную		
		мячом.	поддержку сверстникам		
			при выполнении учебных		
			заданий, доброжелательно		
			и уважительно объяснять		
			ошибки и способы их		
			устранения		
24	Игра «Перемена мест»	Построение.	представлять физическую		
		Строевые	культуру как средство		
		упражнения,	укрепления здоровья,		
		перемещение.	физического развития и		
			физической подготовки		
			человека		
25	Игра «Салки с мячом».	Правила игры.	выполнять жизненно		
		Проведение	важные двигательные		
		игры.	навыки и умения		
			различными способами, в		
			различных изменяющихся,		
			вариативных условиях		
26	Игра «Прыгай через ров»	-	в доступной форме		
		Совершенствов	объяснять правила		
		ание	(технику) выполнения		
		координации	двигательных действий,		
		движений.	анализировать и находить		
			ошибки, эффективно их		
			исправлять		
27			<mark>ортивные игры</mark>	ъ	
27	Перестрелка	Игровые	бережно обращаться с	Развитие	Слушать и
		правила.	инвентарём и	этических чувств,	слышать друг
		Отработка	оборудованием, соблюдать	доброжелательно	друга, уметь
		игровых	требования техники	сти и	работать в группе.

		приёмов. Игра.	безопасности к местам проведения	эмоционально- нравственной	Определять новый уровень
28	Перестрелка	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Броски в корзину.	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения	отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельност и и личной ответственности за свои поступки	отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Уметь
29	«Вот и стали мы на год взрослей». Перестрелка	Мониторинг Проведение игры.	выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности	на основе представлений о нравственных нормах, социальной	рассказывать об организационно- методических требованиях, применяемых на
30	Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	справедливости и свободе. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	уроках физической культуры, заданий
31	«Мяч поднимай-мышцы укрепляй»	Игры, эстафеты	выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	
32	«Быстро мяч передавай-свою ловкость развивай»	Игры, эстафеты	представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	обучающегося,	
33	«Я в руках её кручу и скачу, скачу, скачу»	Игра	бережно обращаться с инвентарём и оборудованием.		

Календарно-тематическое планирование. $2 \kappa nacc$

No	Тема занятия	Содержание занятия	Дата	П	ланируемые результаты	
			Проведения	Предметные	Личностные	Метапредметные
		<mark>Вв</mark>	едение «Вот м	<mark>иы и в школе».</mark>		
1	Что мы знаем о	Изучить материал		выполнять	Чувств,	Слушать и
	ЗОЖ	«Что мы знаем о		технические действия	доброжелательности и	слышать друг
		ЗОЖ». Отвечать на		из базовых видов	эмоционально-	друга, уметь
		вопросы.		спорта, применять их	нравственной	работать в
				в игровой и	отзывчивости,	группе.
				соревновательной	сочувствия другим	Определять
				деятельности	людям, развитие	новый уровень
2	По стране	Изучить материал		представлять	самостоятельности и	отношения к
	Здоровейке	«По стране		физическую культуру	личной	самому себе как
		Здоровейке».		как средство	ответственности за	субъекту
		Отвечать на		укрепления здоровья,	свои поступки на	деятельности,
		вопросы.		физического развития	основе представлений	находить
				и физической	о нравственных	необходимую
				подготовки человека	нормах, социальной	информацию.
3	В гостях у	Изучить материал		выполнять технические	справедливости и	Уметь
	Мойдодыра	«В гостях у		действия из базовых	свободе.	рассказывать об
		Мойдодыра».		видов спорта,		организационно-
		Отвечать на		применять их в игровой		методических
		вопросы.		и соревновательной		требованиях,
1	П	Harman Manager		деятельности		применяемых на
4	Я хозяин своего	Изучить материал		представлять		уроках
	здоровья	«Я хозяин своего		физическую культуру как средство		физической
		здоровья». Отвечать		укрепления здоровья,		культуры,
		на вопросы.		физического развития и		заданий
				физической подготовки		

				человека		
			Питание и з	здоровье		
5	Правильное	Изучить материал		оказывать посильную	Развитие этических	Слушать и
	питание – залог	«Правильное		помощь и моральную	чувств,	слышать друг
	здоровья Меню	питание – залог		поддержку	доброжелательности и	друга, уметь
	из трех блюд на	здоровья Меню из		сверстникам при	эмоционально-	работать в
	всю жизнь.	трех блюд на всю		выполнении учебных	нравственной	группе.
		жизнь». Отвечать на		заданий,	отзывчивости,	Определять
		вопросы.		доброжелательно и	сочувствия другим	новый уровень
				уважительно	людям, развитие	отношения к
				объяснять ошибки и	самостоятельности и	самому себе как
				способы их	личной	субъекту
				устранения	ответственности за	деятельности,
6	Культура	Изучить материал		оказывать посильную	свои поступки на	находить
	питания. Этикет.	«Культура питания.		помощь и моральную	основе представлений	необходимую
		Этикет». Отвечать		поддержку	о нравственных	информацию.
		на вопросы.		сверстникам при	нормах, социальной	Уметь
				выполнении учебных	справедливости и	рассказывать об
				заданий,	свободе.	организационно-
				доброжелательно и	Развитие мотивов	методических
				уважительно	учебной деятельности	требованиях,
				объяснять ошибки и	и осознание	применяемых на
				способы их	личностного смысла	уроках
				устранения	учения, принятие и	физической
7	Спектакль «Я	Просмотр:		представлять	освоение социальной	культуры,
	выбираю кашу»	Спектакль «Я		физическую культуру	роли обучающегося,	планировать
		выбираю кашу».		как средство	Слушать и	собственную
				укрепления здоровья,	слышать друг друга,	деятельность,
				физического развития	уметь работать в	распределять
				и физической	группе. Определять	нагрузку и отдых
				подготовки человека	новый уровень	в процессе её
8	«Что даёт нам	Изучить материал		выполнять жизненно	отношения к самому	выполнения;
	море»	«Что даёт нам		важные двигательные	себе как субъекту	выполнять старт с

9	Светофор здорового питания	море». Отвечать на вопросы. Изучить материал «Светофор здорового питания». Отвечать на вопросы.		навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	деятельности, находить необходимую информацию. Уметь рассказывать об организационнометодических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, заданий	опорой на одну руку, технически правильно выполнять двигательные действия управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность, , находить
				1 1		* * ·
						правильно, находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправлении, характеризовать явления (действия
						и поступки).
	T =:		<mark>Лоё здоровье в</mark>		_	
10	Сон и его значение для	Изучить материал «Сон и его значение		оказывать посильную помощь и моральную	Развитие этических чувств,	

	здоровья	для здоровья	поддержку	доброжелательности и
	человека	человека».	сверстникам при	эмоционально-
		Отвечать на	выполнении учебных	нравственной
		вопросы.	заданий,	отзывчивости,
			доброжелательно и	сочувствия другим
			уважительно	людям, развитие
			объяснять ошибки и	самостоятельности и
			способы их	личной
			устранения	ответственности за
11	Закаливание в	Изучить материал	оказывать посильную	свои поступки на
	домашних	«Закаливание в	помощь и моральную	основе представлений
	условиях	домашних	поддержку	о нравственных
		условиях». Отвечать	сверстникам при	нормах, социальной
		на вопросы.	выполнении учебных	справедливости и
			заданий,	свободе.
			доброжелательно и	Развитие мотивов
			уважительно	учебной деятельности
			объяснять ошибки и	и осознание
			способы их	личностного смысла
			устранения	учения, принятие и
12	<u>День здоровья</u>	СУ. Специальные	представлять	освоение социальной
	«Будьте здоровы»	беговые	физическую культуру	роли обучающегося,
		упражнения. ОРУ	как средство	развитие навыков
		для рук и плечевого	укрепления здоровья,	сотрудничества со
		пояса. Весёлые	физического развития	сверстниками и
		старты. Подвижная	и физической	взрослыми в разных
		игра «Кто	подготовки человека	социальных ситуациях,
		быстрее?».		умение не создавать
13	Иммунитет	Изучить материал	выполнять жизненно	конфликты и находить
		«Иммунитет».	важные двигательные	выход из спорных
		Отвечать на	навыки и умения	ситуаций.
		вопросы.	различными	проявлять
			способами, в	дисциплинированность

			различных	трудолюбие и
			изменяющихся,	упорство в
			вариативных	достижении
			условиях	поставленных целей;
14	Беседа "Как	Изучить материал.	в доступной форме	проявлять
	сохранять и	Беседа "Как	объяснять правила	положительные
	укреплять свое	сохранять и	(технику) выполнения	качества личности и
	здоровье".	укреплять свое	двигательных	управлять своими
	1	здоровье". Отвечать	действий,	эмоциями в различных
		на вопросы.	анализировать и	(нестандартных)
		1	находить ошибки,	ситуациях и условиях.
			эффективно их	
			исправлять	
15	Спорт в жизни	Изучить материал	оказывать посильную	
	ребёнка.	«Спорт в жизни	помощь и моральную	
		ребёнка». Отвечать	поддержку	
		на вопросы.	сверстникам при	
			выполнении учебных	
			заданий,	
			доброжелательно и	
			уважительно	
			объяснять ошибки и	
			способы их	
			устранения	
16	Слагаемые	Изучить материал	оказывать посильную	
	здоровья	«Слагаемые	помощь и моральную	
		здоровья». Отвечать	поддержку	
		на вопросы.	сверстникам при	
			выполнении учебных	
			заданий,	
			доброжелательно и	
			уважительно	
			объяснять ошибки и	

			способы их	
			устранения	
			Я в школе и дома	
17	Я и мои	Изучить материал	выполнять жизненно	Слушать и
	одноклассники	«Я и мои	важные двигательные	слышать друг
		одноклассники».	навыки и умения	друга, уметь
		Отвечать на	различными	работать в
		вопросы.	способами, в	группе.
			различных	Определять
			изменяющихся,	новый уровень
			вариативных	отношения к
			условиях	самому себе как
18	Почему устают	Изучить материал	в доступной форме	субъекту
	глаза?	«Почему устают	объяснять правила	деятельности,
		глаза?». Отвечать на	(технику) выполнения	находить
		вопросы.	двигательных	необходимую
			действий,	информацию.
			анализировать и	Уметь
			находить ошибки,	рассказывать об
			эффективно их	организационно-
			исправлять	методических
19	Гигиена	Изучить материал	оказывать посильную	требованиях,
	позвоночника.	«Гигиена	помощь и моральную	применяемых на
	Сколиоз	позвоночника.	поддержку	уроках
		Сколиоз». Отвечать	сверстникам при	физической
		на вопросы.	выполнении учебных	культуры,
			заданий,	планировать
			доброжелательно и	собственную
			уважительно	деятельность,
			объяснять ошибки и	распределять
			способы их	нагрузку и отдых
			устранения	в процессе её
20	Шалости и	Изучить материал	оказывать посильную	выполнения;

	травмы	«Шалости и	помощь	и моральную	выполнять старт с
		травмы». Отвечать	поддерж		опорой на одну
		на вопросы.	сверстн	икам при	руку, технически
		_	выполне	ении учебных	правильно
			заданий	,	выполнять
			доброже	елательно и	двигательные
			уважите	льно	действия
			объясня	ть ошибки и	управлять
			способь	их их	эмоциями при
			устране	R ИН	общении со
21	«Я сажусь за	Изучить материал	предста	ВЛЯТЬ	сверстниками и
	уроки»	«Я сажусь за уроки.	физичес	кую культуру	взрослыми,
	Переутомление и	Переутомление и	как сред	ство	сохранять
	утомление	утомление».	укрепле	ния здоровья,	хладнокровие,
		Отвечать на	физичес	кого развития	сдержанность,
		вопросы.	и физич	еской	рассудительность,
			подгото	вки человека	, находить
22	Умники и	Изучить материал	выполна	ть жизненно	возможности и
	умницы	«Умники и	важные	двигательные	способы их
		умницы». Отвечать	навыки	и умения	улучшения;
		на вопросы.	различн	ЫМИ	технически
			способа	ми, в	правильно,
			различн	ЫХ	находить ошибки
			изменян	ощихся,	при выполнении
			вариати	вных	учебных заданий,
			условия	X	отбирать способы
					их исправлении,
					характеризовать
					явления (действия
					и поступки),
					давать им
					объективную
					оценку на основе

						освоенных знаний и имеющегося
	I	<u> </u>	<mark>Чтоб забыть п</mark>	ро докторов	<u> </u>	
23	С. Преображенский «Огородники»	Изучить материал. С. Преображенский «Огородники» Отвечать на вопросы.		оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной	
24	Как защитить себя от болезни. (Выставка рисунков)	Изучить материал. Как защитить себя от болезни. (Выставка рисунков). Отвечать на вопросы.		устранения оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и	
25	<u>День здоровья</u> «Самый здоровый класс»	СУ. Специальные беговые выполнять в среднем темпе сериями по $10-20$ сек. Подвижная игра «Карусель»		представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,	

26	«Разговор о правильном питании». Вкусные и полезные вкусности	Изучить материал. «Разговор о правильном питании. Вкусные и полезные вкусности». Отвечать на вопросы.		выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях	умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций. проявлять дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных)	
		ı R	 <mark>и моё ближайн</mark>	 <mark>1ее окружение</mark>	ситуациях и условиях.	
27	Мир эмоций и чувств.	Изучить материал «Мир эмоций и чувств». Отвечать на вопросы.		оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения		Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности,
28	Вредные привычки	Изучить материал «Вредные привычки». Отвечать на		оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при		находить необходимую информацию. Уметь

		вопросы.	выполнении учебных	рассказывать об
			заданий,	организационно-
			доброжелательно и	методических
			уважительно	требованиях,
			объяснять ошибки и	применяемых на
			способы их	уроках
			устранения	физической
29	«Веснянка»	Изучить материал	представлять	культуры,
		«Веснянка».	физическую культуру	планировать
		Отвечать на	как средство	собственную
		вопросы.	укрепления здоровья,	деятельность,
			физического развития	распределять
			и физической	нагрузку и отдых
			подготовки человека	в процессе её
30	В мире	Изучить материал	выполнять жизненно	выполнения;.
	интересного	«В мире	важные двигательные	
		интересного».	навыки и умения	
		Отвечать на	различными	
		вопросы.	способами, в	
			различных	
			изменяющихся,	
			вариативных	
			условиях	
		«Bo	и стали мы на год взрослей»	
31	Я и опасность.	Изучить материал	оказывать посильную	
		«Я и опасность».	помощь и моральную	
		Отвечать на	поддержку	
		вопросы.	сверстникам при	
			выполнении учебных	
			заданий,	
			доброжелательно и	
			уважительно	
			объяснять ошибки и	

			способы их	
			устранения	
32-33	Чем и как можно	Изучить материал	оказывать посильную	
	отравиться.	«Чем и как можно	помощь и моральную	
	Кукольный	отравиться.	поддержку	
	спектакль	Кукольный	сверстникам при	
	А.Колобова	спектакль	выполнении учебных	
	«Красивые	А.Колобова	заданий,	
	грибы»	«Красивые грибы»».	доброжелательно и	
		Отвечать на	уважительно	
		вопросы.	объяснять ошибки и	
			способы их	
			устранения	
34	Наши успехи и	Изучить материал	представлять	
	достижения	«Наши успехи и	физическую культуру	
		достижения».	как средство	
		Отвечать на	укрепления здоровья,	
		вопросы.	физического развития	
			и физической	
			подготовки человека	

Календарно-тематическое планирование. «Здоровейка» 3 класс.

№	Тема занятия	Содержание занятия	Дата	Планируемые результаты		
			Проведения	Предметные	Личностные	Метапредметные
		B _B	едение «Вот м	ы и в школе».		
1	Что мы знаем о	Изучить материал		выполнять	Чувств,	Слушать и
	ЗОЖ	Отвечать на		технические действия	доброжелательности и	слышать друг
		вопросы.		из базовых видов	эмоционально-	друга, уметь
				спорта, применять их	нравственной	работать в
				в игровой и	отзывчивости,	группе.
				соревновательной	сочувствия другим	Определять
				деятельности	людям, развитие	новый уровень
2	По стране	Изучить материал.		представлять	самостоятельности и	отношения к
	Здоровейке	Отвечать на		физическую культуру	личной	самому себе как
		вопросы.		как средство	ответственности за	субъекту
				укрепления здоровья,	свои поступки на	деятельности,
				физического развития	основе представлений	находить
				и физической	о нравственных	необходимую
				подготовки человека	нормах, социальной	информацию.
3	В гостях у	Изучить материал.		выполнять технические	справедливости и	Уметь
	Мойдодыра	Отвечать на		действия из базовых	свободе.	рассказывать об
		вопросы.		видов спорта,		организационно-
				применять их в игровой		методических
				и соревновательной деятельности		требованиях,
4	Я хозяин своего	Изучить материал.		представлять	-	применяемых на
7		Отвечать на		физическую культуру		уроках
	здоровья			как средство		физической
		вопросы.		укрепления здоровья,		культуры,
				физического развития и		заданий
				физической подготовки		
				человека		

Питание и здоровье						
5	Правильное	Изучить материал.	оказывать посилы	ную Развитие этических	Слушать и	
	питание — залог	Отвечать на	помощь и моралы	ную чувств,	слышать друг	
	здоровья Меню	вопросы.	поддержку	доброжелательности и	друга, уметь	
	из трех блюд на		сверстникам при	эмоционально-	работать в	
	всю жизнь.		выполнении учебы	ных нравственной	группе.	
			заданий,	отзывчивости,	Определять	
			доброжелательно	и сочувствия другим	новый уровень	
			уважительно	людям, развитие	отношения к	
			объяснять ошибки	и и самостоятельности и	самому себе как	
			способы их	личной	субъекту	
			устранения	ответственности за	деятельности,	
6	Культура	Изучить материал.	оказывать посилы	ную свои поступки на	находить	
	питания. Этикет.	Отвечать на	помощь и моралы	ную основе представлений	необходимую	
		вопросы.	поддержку	о нравственных	информацию.	
			сверстникам при	нормах, социальной	Уметь	
			выполнении учебы	ных справедливости и	рассказывать об	
			заданий,	свободе.	организационно-	
			доброжелательно		методических	
			уважительно	учебной деятельности	требованиях,	
			объяснять ошибки	и и осознание	применяемых на	
			способы их	личностного смысла	уроках	
			устранения	учения, принятие и	физической	
7	Спектакль «Я	Просмотр:	представлять	освоение социальной	культуры,	
	выбираю кашу»	Спектакль «Я	физическую культ	гуру роли обучающегося,	планировать	
		выбираю кашу».	как средство	Слушать и	собственную	
			укрепления здоро		деятельность,	
			физического разви		распределять	
			и физической	группе. Определять	нагрузку и отдых	
			подготовки челов	ека новый уровень	в процессе её	
8	«Что даёт нам	Изучить материал	выполнять жизнен	_	выполнения;	
	море»	«Что даёт нам	важные двигатель	ные себе как субъекту	выполнять старт с	
		море».	навыки и умения	деятельности,	опорой на одну	

9	Светофор здорового питания	Отвечать на вопросы. Изучить материал. Отвечать на вопросы.		различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	находить необходимую информацию. Уметь рассказывать об организационнометодических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, заданий	руку, технически правильно выполнять двигательные действия управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность, рассудительность, находить возможности и способы их улучшения; технически правильно, находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправлении, характеризовать явления (действия и поступки).
			Моё здоровье в	моих руках		
10	Сон и его значение для	Изучить материал. Отвечать на	Деревые в	оказывать посильную помощь и моральную	Развитие этических чувств,	
	здоровья	вопросы.		поддержку	доброжелательности и	

	человека		сверстникам при	эмоционально-
			выполнении учебных	нравственной
			заданий,	отзывчивости,
			доброжелательно и	сочувствия другим
			уважительно	людям, развитие
			объяснять ошибки и	самостоятельности и
			способы их	личной
			устранения	ответственности за
11	Закаливание в	Изучить материал.	оказывать посильную	свои поступки на
	домашних	Отвечать на	помощь и моральную	основе представлений
	условиях	вопросы.	поддержку	о нравственных
			сверстникам при	нормах, социальной
			выполнении учебных	справедливости и
			заданий,	свободе.
			доброжелательно и	Развитие мотивов
			уважительно	учебной деятельности
			объяснять ошибки и	и осознание
			способы их	личностного смысла
			устранения	учения, принятие и
12	День здоровья	СУ. Специальные	представлять	освоение социальной
	«Будьте здоровы»	беговые	физическую культуру	роли обучающегося,
		упражнения. ОРУ	как средство	развитие навыков
		для рук и плечевого	укрепления здоровья,	сотрудничества со
		пояса Весёлые	физического развития	сверстниками и
		старты. Подвижная	и физической	взрослыми в разных
		игра «Кто	подготовки человека	социальных ситуациях,
		быстрее?».		умение не создавать
13	Иммунитет	Изучить материал.	выполнять жизненно	конфликты и находить
		Отвечать на	важные двигательные	выход из спорных
		вопросы.	навыки и умения	ситуаций.
			различными	проявлять
			способами, в	дисциплинированность
			различных	трудолюбие и

			изменяющихся,	упорство в	
			вариативных	достижении	
			условиях	поставленных целей;	
14	Беседа "Как	Изучить материал.	в доступной форме	проявлять	
	сохранять и	Беседа "Как	объяснять правила	положительные	
	укреплять свое	сохранять и	(технику) выполнения	качества личности и	
	здоровье".	укреплять свое	двигательных	управлять своими	
		здоровье". Отвечать	действий,	эмоциями в различных	
		на вопросы.	анализировать и	(нестандартных)	
			находить ошибки,	ситуациях и условиях.	
			эффективно их		
			исправлять		
15	Спорт в жизни	Изучить материал.	оказывать посильную		
	ребёнка.	Отвечать на	помощь и моральную		
		вопросы.	поддержку		
			сверстникам при		
			выполнении учебных		
			заданий,		
			доброжелательно и		
			уважительно		
			объяснять ошибки и		
			способы их		
			устранения		
16	Слагаемые	Изучить материал.	оказывать посильную		
	здоровья	Отвечать на	помощь и моральную		
		вопросы.	поддержку		
			сверстникам при		
			выполнении учебных		
			заданий,		
			доброжелательно и		
			уважительно		
			объяснять ошибки и		
			способы их		

			устранения	
			Я в школе и дома	
17	Я и мои	Изучить материал.	выполнять жизненно	Слушать и
	одноклассники	Отвечать на	важные двигательные	слышать друг
		вопросы.	навыки и умения	друга, уметь
			различными	работать в
			способами, в	группе.
			различных	Определять
			изменяющихся,	новый уровень
			вариативных	отношения к
			условиях	самому себе как
18	Почему устают	Изучить материал.	в доступной форме	субъекту
	глаза?	Отвечать на	объяснять правила	деятельности,
		вопросы.	(технику) выполнения	находить
			двигательных	необходимую
			действий,	информацию.
			анализировать и	Уметь
			находить ошибки,	рассказывать об
			эффективно их	организационно-
			исправлять	методических
19	Гигиена	Изучить материал.	оказывать посильную	требованиях,
	позвоночника.	Отвечать на	помощь и моральную	применяемых на
	Сколиоз	вопросы.	поддержку	уроках
			сверстникам при	физической
			выполнении учебных	культуры,
			заданий,	планировать
			доброжелательно и	собственную
			уважительно	деятельность,
			объяснять ошибки и	распределять
			способы их	нагрузку и отдых
			устранения	в процессе её
20	Шалости и	Изучить материал.	оказывать посильную	выполнения;
	травмы	Отвечать на	помощь и моральную	выполнять старт с

		вопросы.	поддержку	опорой на одну
			сверстникам при	руку, технически
			выполнении учебных	правильно
			заданий,	выполнять
			доброжелательно и	двигательные
			уважительно	действия
			объяснять ошибки и	управлять
			способы их	эмоциями при
			устранения	общении со
21	«Я сажусь за	Изучить материал.	представлять	сверстниками и
	уроки».	Отвечать на	физическую культуру	взрослыми,
	Переутомление и	вопросы.	как средство	сохранять
	утомление		укрепления здоровья,	хладнокровие,
			физического развития	сдержанность,
			и физической	рассудительность,
			подготовки человека	, находить
22	Умники и	Изучить материал.	выполнять жизненно	возможности и
	умницы	Отвечать на	важные двигательные	способы их
		вопросы	навыки и умения	улучшения;
			различными	технически
			способами, в	правильно,
			различных	находить ошибки
			изменяющихся,	при выполнении
			вариативных	учебных заданий,
			условиях	отбирать способы
				их исправлении,
				характеризовать
				явления (действия
				и поступки),
				давать им
				объективную
				оценку на основе
				освоенных знаний

						и имеющегося
			 Чтоб забыть пр	O HOKTOPOR		
23				оказывать посильную	Развитие этических	
	C.	Изучить материал.		помощь и моральную	чувств,	
	Преображенский	Отвечать на		поддержку	доброжелательности и	
	«Огородники»	вопросы.		сверстникам при	эмоционально-	
	1 / /	1		выполнении учебных	нравственной	
				заданий,	отзывчивости,	
				доброжелательно и	сочувствия другим	
				уважительно	людям, развитие	
				объяснять ошибки и	самостоятельности и	
				способы их	личной	
				устранения	ответственности за	
24	Как защитить	Изучить материал.		оказывать посильную	свои поступки на	
	себя от болезни.	Отвечать на		помощь и моральную	основе представлений	
	(Выставка	вопросы.		поддержку	о нравственных	
	рисунков)			сверстникам при	нормах, социальной	
				выполнении учебных	справедливости и	
				заданий,	свободе.	
				доброжелательно и	Развитие мотивов	
				уважительно	учебной деятельности	
				объяснять ошибки и	и осознание	
				способы их	личностного смысла	
				устранения	учения, принятие и	
25	<u>День здоровья</u>	СУ. Специальные		представлять	освоение социальной	
	«Самый	беговые выполнять		физическую культуру	роли обучающегося,	
	здоровый класс»	в среднем темпе		как средство	развитие навыков	
		сериями по 10 – 20		укрепления здоровья,	сотрудничества со	
		сек. Подвижная игра		физического развития	сверстниками и	
		«Карусель»		и физической	взрослыми в разных	
				подготовки человека	социальных ситуациях,	
26	«Разговор o	Изучить материал.		выполнять жизненно	умение не создавать	

	T			Τ ,	T
	правильном	Отвечать на	важные двигательные	конфликты и находить	
	питании»	вопросы.	навыки и умения	выход из спорных	
	Вкусные и		различными	ситуаций.	
	полезные		способами, в	проявлять	
	вкусности		различных	дисциплинированность	
			изменяющихся,	трудолюбие и	
			вариативных	упорство в	
			условиях	достижении	
				поставленных целей;	
				проявлять	
				положительные	
				качества личности и	
				управлять своими	
				эмоциями в различных	
				(нестандартных)	
				ситуациях и условиях.	
		миК	оё ближайшее окружение		
27	Мир эмоций и	Изучить материал.	оказывать посильную		Слушать и
	чувств.	Отвечать на	помощь и моральную		слышать друг
		вопросы.	поддержку		друга, уметь
			сверстникам при		работать в
			выполнении учебных		группе.
			заданий,		Определять
			доброжелательно и		новый уровень
			уважительно		отношения к
			объяснять ошибки и		самому себе как
			способы их		субъекту
			устранения		деятельности,
28	Вредные	Изучить материал.	оказывать посильную		находить
	привычки	Отвечать на	помощь и моральную		необходимую
	1 -		поддержку		информацию.
		вопросы.	поддержку		информацию.
		вопросы.	сверстникам при		Уметь

			заданий,	организационно-
			доброжелательно и	методических
			уважительно	требованиях,
			объяснять ошибки и	применяемых на
			способы их	уроках
			устранения	физической
29	«Веснянка»	Изучить материал.	представлять	культуры,
		Отвечать на	физическую культуру	планировать
		вопросы.	как средство	собственную
			укрепления здоровья,	деятельность,
			физического развития	распределять
			и физической	нагрузку и отдых
			подготовки человека	в процессе её
30	В мире	Изучить материал.	выполнять жизненно	выполнения;.
	интересного	Отвечать на	важные двигательные	
		вопросы.	навыки и умения	
			различными	
			способами, в	
			различных	
			изменяющихся,	
			вариативных	
			условиях	
		«Bo	и стали мы на год взрослей»	
31	Я и опасность.	Изучить материал.	оказывать посильную	
		Отвечать на	помощь и моральную	
		вопросы.	поддержку	
			сверстникам при	
			выполнении учебных	
			заданий,	
			доброжелательно и	
			уважительно	
			объяснять ошибки и	
			способы их	

			устранения
32-33	Чем и как можно	Изущите материал	1
32-33		Изучить материал.	оказывать посильную
	отравиться.	Отвечать на	помощь и моральную
I	Кукольный	вопросы.	поддержку
	спектакль		сверстникам при
	А.Колобова		выполнении учебных
	«Красивые		заданий,
I	грибы»		доброжелательно и
I			уважительно
			объяснять ошибки и
			способы их
			устранения
34	Наши успехи и	Изучить материал.	представлять
	достижения	Отвечать на	физическую культуру
		вопросы.	как средство
			укрепления здоровья,
			физического развития
			и физической
			подготовки человека

Календарно-тематическое планирование. «Здоровейка» 4 класс

No	Тема занятия	Содержание	Дата	Γ	Іланируемые результаты	
		занятия	Проведения	Предметные	Личностные	Метапредметные
		B	ведение «Воп	и мы и в школе».		
1	«Здоровье и здоровый	Изучить		оказывать посильную	Развитие этических	Слушать и слышать
	образ жизни»	материал.		помощь и моральную	чувств,	друг друга, уметь
		Отвечать на		поддержку сверстникам	доброжелательности и	работать в группе.
		вопросы.		при выполнении	эмоционально-	Определять новый
				учебных заданий,	нравственной	уровень отношения к
				доброжелательно и	отзывчивости,	самому себе как
				уважительно объяснять	сочувствия другим	субъекту
				ошибки и способы их	людям, развитие	деятельности,
				устранения	самостоятельности и	находить
2	Правила личной гигиены	Изучить материал		оказывать посильную	личной	необходимую
		Правила личной		помощь и моральную	ответственности за	информацию. Уметь
		гигиены		поддержку сверстникам	свои поступки на	рассказывать об
		Отвечать на		при выполнении	основе представлений	организационно-
		вопросы.		учебных заданий,	о нравственных	методических
				доброжелательно и	нормах, социальной	требованиях,
				уважительно объяснять	справедливости и	применяемых на
				ошибки и способы их	свободе.	уроках физической
				устранения	Развитие мотивов	культуры,
3	Физическая активность и	Изучить материал		оказывать посильную	учебной деятельности	планировать
	здоровье	Физическая		помощь и моральную	и осознание	собственную
		активность и		поддержку сверстникам	личностного смысла	деятельность,
		здоровье		при выполнении	учения, принятие и	распределять
		Отвечать на		учебных заданий,	освоение социальной	нагрузку и отдых в
		вопросы		доброжелательно и	роли обучающегося,	процессе её
				уважительно объяснять	развитие навыков	выполнения;

			ошибки и способы их	сотрудничества со	выполнять старт с
			устранения	сверстниками и	опорой на одну руку,
4	Как познать себя	Изучить	представлять	взрослыми в разных	технически
		материал.	физическую культуру	социальных ситуациях,	правильно выполнять
		Отвечать на	как средство	умение не создавать	двигательные
		вопросы	укрепления здоровья,	конфликты и находить	действия
			физического развития и	выход из спорных	управлять эмоциями
			физической подготовки	ситуаций.	при общении со
			человека	проявлять	сверстниками и
				дисциплинированность	взрослыми, сохранять
				трудолюбие и	хладнокровие,
				упорство в	сдержанность,
				достижении	рассудительность,
				поставленных целей;	, находить
				проявлять	возможности и
				положительные	способы их
				качества личности и	улучшения;
				управлять своими	технически
				эмоциями в различных	правильно, находить
				(нестандартных)	ошибки при
				ситуациях и условиях.	выполнении учебных
					заданий, отбирать
					способы их
					исправлении,
					характеризовать
					явления (действия и
					поступки), давать им
					объективную оценку
					на основе освоенных
					знаний и имеющегося

			Питание	и здоровье В и здоровье		
5	Питание необходимое условие для жизни человека	Изучить материал.		в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их	Чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие	Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту
6	Здоровая пища для всей семьи	Изучить материал. Отвечать на вопросы		исправлять находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и	деятельности, находить необходимую информацию. Уметь рассказывать об организационнометодических требованиях,
7	Как питались в	Изучить		отличительные признаки и элементы; оказывать посильную	свободе. Развитие мотивов учебной деятельности	применяемых на уроках физической культуры,
,	стародавние времена и питание нашего времени	материал. Отвечать на вопросы		помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения	и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения; выполнять старт с
8	Секреты здорового питания. Рацион питания	Изучить материал.		оказывать посильную помощь и моральную	взрослыми в разных социальных ситуациях,	опорой на одну руку, технически

		Отвечать на вопросы	поддержку сверстникам при выполнении	умение не создавать конфликты и находить	правильно выполнять двигательные
		Вопросы	учебных заданий,	выход из спорных	действия
			доброжелательно и	ситуаций.	управлять эмоциями
			уважительно объяснять	проявлять	при общении со
			ошибки и способы их	дисциплинированность	сверстниками и
			устранения	трудолюбие и	взрослыми, сохранять
9	«Богатырская силушка»	Изучить	оказывать посильную	упорство в	хладнокровие,
	«Вогатырская силушка»	материал.	помощь и моральную	достижении	сдержанность,
		Отвечать на	поддержку сверстникам	поставленных целей;	рассудительность,
			- · ·	проявлять	* *
		вопросы	при выполнении учебных заданий,	проявлять	, находить возможности и
			учеоных задании, доброжелательно и	качества личности и	способы их
			уважительно объяснять	управлять своими	
			ошибки и способы их	* ±	улучшения; технически
				эмоциями в различных	
			устранения	(нестандартных)	правильно, находить ошибки при
				ситуациях и условиях;	<u> </u>
					выполнении учебных
					заданий, отбирать
					способы их
					исправлении,
					характеризовать
					явления (действия и
					поступки), давать им
					объективную оценку
					на основе освоенных
					знаний и имеющегося

			Моё здоровье в моих руках	
10	«Богатырская силушка»	Изучить	выполнять жизненно	Слушать и слышать
		материал.	важные двигательные	друг друга, уметь
		Отвечать на	навыки и умения	работать в группе.
		вопросы	различными способами,	Определять новый
			в различных	уровень отношения к
			изменяющихся,	самому себе как
			вариативных условиях	субъекту
11	«Мы за здоровый образ	Изучить	в доступной форме	деятельности,
	жизни»	материал.	объяснять правила	находить
1		Отвечать на	(технику) выполнения	необходимую
		вопросы	двигательных действий,	информацию. Уметь
			анализировать и	рассказывать об
			находить ошибки,	организационно-
1			эффективно их	методических
l			исправлять	требованиях,
12	Марафон «Сколько стоит	Изучить	находить	применяемых на
1	твоё здоровье»	материал.	отличительные	уроках физической
1		Отвечать на	особенности в	культуры,
		вопросы	выполнении	планировать
			двигательного действия	собственную
			разными учениками,	деятельность,
			выделять	распределять
			отличительные	нагрузку и отдых в
<u> </u>			признаки и элементы;	процессе её
13	«Береги зрение с	Изучить	оказывать посильную	выполнения;
	молоду».	материал.	помощь и моральную	выполнять старт с
		Отвечать на	поддержку сверстникам	опорой на одну руку,
		вопросы	при выполнении	технически
			учебных заданий,	правильно выполнять
1			доброжелательно и	двигательные
			уважительно объяснять	действия
			ошибки и способы их	управлять эмоциями

			устранения		при общении со
14	Как избежать	Изучить	оказывать посильную		сверстниками и
	искривления	материал.	помощь и моральную		взрослыми, сохранять
	позвоночника	Отвечать на	поддержку сверстникам		хладнокровие,
1		вопросы	при выполнении		сдержанность,
•			учебных заданий,		рассудительность,
			доброжелательно и		, находить
			уважительно объяснять		возможности и
			ошибки и способы их		способы их
			устранения		улучшения;
15	Отдых для здоровья	Изучить	оказывать посильную		технически
		материал.	помощь и моральную		правильно, находить
		Отвечать на	поддержку сверстникам		ошибки при
		вопросы	при выполнении		выполнении учебных
İ			учебных заданий,		заданий, отбирать
			доброжелательно и		способы их
			уважительно объяснять		исправлении,
			ошибки и способы их		характеризовать
			устранения		явления (действия и
16	Умеем ли мы отвечать за	Изучить	представлять		поступки), давать им
	своё здоровье	материал.	физическую культуру		объективную оценку
		Отвечать на	как средство		на основе освоенных
		вопросы	укрепления здоровья,		знаний и имеющегося
			физического развития и		нии учебных заданий,
			физической подготовки		
<u> </u>			человека		
			Я в школе и дома		
17	«Мы здоровьем дорожим	Изучить	в доступной форме	чувств,	
	– соблюдая свой режим»	материал.	объяснять правила	доброжелательности и	
1		Отвечать на	(технику) выполнения	эмоционально-	
		вопросы	двигательных действий,	нравственной	
l			анализировать и	отзывчивости,	
			находить ошибки,	сочувствия другим	

			эффективно их	людям, развитие
			исправлять	самостоятельности и
18	«Класс не улица ребята	Изучить	находить	личной
	И запомнить это надо!»	материал.	отличительные	ответственности за
		Отвечать на	особенности в	свои поступки на
		вопросы	выполнении	основе представлений
			двигательного действия	о нравственных
			разными учениками,	нормах, социальной
			выделять	справедливости и
			отличительные	свободе.
			признаки и элементы;	Развитие мотивов
19	Кукольный спектакль	Изучить	оказывать посильную	учебной деятельности
	«Спеши делать добро»	материал.	помощь и моральную	и осознание
		Отвечать на	поддержку сверстникам	личностного смысла
		вопросы	при выполнении	учения, принятие и
			учебных заданий,	освоение социальной
			доброжелательно и	роли обучающегося,
			уважительно объяснять	развитие навыков
			ошибки и способы их	сотрудничества со
			устранения	сверстниками и
20	Что такое дружба? Как	Изучить	оказывать посильную	взрослыми в разных
	дружить в школе?	материал.	помощь и моральную	социальных ситуациях
		Отвечать на	поддержку сверстникам	
		вопросы	при выполнении	
			учебных заданий,	
			доброжелательно и	
			уважительно объяснять	
			ошибки и способы их	
			устранения	
21	Мода и школьные будни	Изучить	оказывать посильную	
		материал.	помощь и моральную	
		Отвечать на	поддержку сверстникам	
		вопросы	при выполнении	

	T	T	1	
		1 5		
		-		
		1 -		
		ошибки и способы их		
		устранения		
время, потехе час.	Изучить	представлять		
	материал.	физическую культуру		
	Отвечать на	как средство		
	вопросы	укрепления здоровья,		
	-	физического развития и		
		физической подготовки		
		человека		
	Чтоб забып	ь про докторов		
болезней не бояться,	Изучить	в доступной форме	чувств,	
спортом заниматься	материал.	объяснять правила	доброжелательности и	
•	Отвечать на	(технику) выполнения	эмоционально-	
	вопросы	двигательных действий,	нравственной	
		анализировать и	отзывчивости,	
		находить ошибки,	сочувствия другим	
		эффективно их		
			самостоятельности и	Слушать и слышать
здоровья	СУ. Специальные	находить	личной	друг друга, уметь
-	беговые	отличительные	ответственности за	работать в группе.
ı»C.	упражнения. ОРУ	особенности в	свои поступки на	Определять новый
		выполнении	основе представлений	уровень отношения к
	плечевого пояса	двигательного действия	о нравственных	самому себе как
	Весёлые старты.		_	субъекту
		-	_	деятельности,
	-	отличительные	свободе.	находить
	1		Развитие мотивов	необходимую
ьный спектакль	Изучить	*	учебной деятельности	информацию. Уметь
браженский	материал.	помощь и моральную	и осознание	рассказывать об
3 (OI)	болезней не бояться, портом заниматься вдоровья оровый образ »С.	материал. Отвечать на вопросы Толезней не бояться, портом заниматься Вдоровья оровый образ »С. СУ. Специальные беговые упражнения. ОРУ для рук и плечевого пояса Весёлые старты. Подвижная игра «Кто быстрее?».	время , потехе час. Изучить материал. Отвечать на вопросы Изучить материал. Отвечать на вопросы Изучить материал. Отвечать на вопросы Изучить материал. Отвечать на вопросы Изучить материал. Отвечать на вопротом заниматься Отвечать на вопросы Отвечать на находить ошибки, эффективно их исправлять Отравлять Отличительные особенности в выполнении Плечевого пояса двигательного действия разными учениками, выделять «Кто быстрее?». Выный спектакль Изучить Отличительные признаки и элементы;	доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и человска """ """ """ """ """ """ """

		вопросы		при выполнении	учения, принятие и	методических
		1		учебных заданий,	освоение социальной	требованиях,
				доброжелательно и	роли обучающегося,	применяемых на
				уважительно объяснять	развитие навыков	уроках физической
				ошибки и способы их	сотрудничества со	культуры,
				устранения	сверстниками и	планировать
26	«Разговор о правильном	Изучить		оказывать посильную	взрослыми в разных	собственную
	питании» Вкусные и	материал.		помощь и моральную	социальных ситуациях	деятельность,
	полезные вкусности	Отвечать на		поддержку сверстникам		распределять
	,	вопросы		при выполнении		нагрузку и отдых в
				учебных заданий,		процессе её
				доброжелательно и		выполнения;
				уважительно объяснять		выполнять старт с
				ошибки и способы их		опорой на одну руку,
				устранения		технически
						правильно выполнять
						двигательные
						действия
						управлять эмоциями
						при общении со
						сверстниками и
						взрослыми, сохранять
						хладнокровие,
						сдержанность,
						рассудительность,
						, находить
						возможности и
						способы их
						улучшения;
						технически
						правильно, находить
						ошибки при выполне
Я и моё ближайшее окружение						

27	Размышление о	Изучить	представлять	чувств,		
_,	жизненном опыте	материал.	физическую культуру	доброжелательности и		
		Отвечать на	как средство	эмоционально-		
		вопросы	укрепления здоровья,	нравственной		
		Бепресы	физического развития и	отзывчивости,		
			физической подготовки	сочувствия другим		
			человека	людям, развитие		
28	Вредные привычки и их	Изучить	выполнять жизненно	самостоятельности и		
	профилактика	материал.	важные двигательные	личной		
		Отвечать на	навыки и умения	ответственности за		
		вопросы	различными способами,	свои поступки на		
			в различных	основе представлений		
			изменяющихся,	о нравственных		
			вариативных условиях	нормах, социальной		
29	Школа и моё настроение	Изучить	в доступной форме	справедливости и		
		материал.	объяснять правила	свободе.		
		Отвечать на	(технику) выполнения	Развитие мотивов		
		вопросы	двигательных действий,	учебной деятельности		
			анализировать и	и осознание		
			находить ошибки,	личностного смысла		
			эффективно их	учения, принятие и		
			исправлять	освоение социальной		
30	В мире интересного.	Изучить	находить	роли обучающегося,		
		материал.	отличительные	развитие навыков		
		Отвечать на	особенности в	сотрудничества со		
		вопросы	выполнении	сверстниками и		
			двигательного действия	взрослыми в разных		
			разными учениками,	социальных ситуациях		
			выделять			
			отличительные			
			признаки и элементы;			
	<mark>«Вот и стали мы на год взрослей»</mark>					
31	Я и опасность.	Изучить	оказывать посильную			

		материал.	помощь и моральную	
		Отвечать на	поддержку сверстникам	
		вопросы	при выполнении	
			учебных заданий,	Слушать и слышать
			доброжелательно и	друг друга, уметь
			уважительно объяснять	работать в группе.
			ошибки и способы их	Определять новый
			устранения	уровень отношения к
32	Игра «Мой горизонт»	Изучить	оказывать посильную	самому себе как
		материал.	помощь и моральную	субъекту
		Отвечать на	поддержку сверстникам	деятельности,
		вопросы	при выполнении	находить
			учебных заданий,	необходимую
			доброжелательно и	информацию. Уметь
			уважительно объяснять	рассказывать об
			ошибки и способы их	организационно-
			устранения	методических
33	Гордо реет флаг здоровья	Изучить	оказывать посильную	требованиях,
		материал.	помощь и моральную	применяемых на
		Отвечать на	поддержку сверстникам	уроках физической
		вопросы	при выполнении	культуры,
			учебных заданий,	планировать
			доброжелательно и	собственную
			уважительно объяснять	деятельность
			ошибки и способы их	
			устранения	
34	«Умеете ли вы вести	Изучить	представлять	
	здоровый образ жизни»	материал.	_ _	
		Отвечать на		
		вопросы	-	
		1	7 2	
			=	
			человека	
34		-	устранения представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки	

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. 2021. 85 с.
- 2. Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа 2022. № 11. С. 75–78.
- 3. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. M. : Baко, 2021. 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. 2022г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 628506515016902569792391934856447641823023447212

Владелец Волчкова Елена Васильевна

Действителен С 26.11.2024 по 26.11.2025