**1.Пояснительная записка.**

Программа «Будем здоровы» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности в 1 классе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования второго поколения.

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

**Актуальность программы:**

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

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

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

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

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В программу включено знакомство с различными подвижными играми. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

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

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

**Цели программы:**

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

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

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

**Место курса в учебном плане:**

Программа рассчитана для учащихся 1 класса, на 1 год обучения.

На реализацию курса «Будь здоров!» в 1 классе отводится 33 ч в год ( 1 час в неделю). Занятия проводятся по 35минут в соответствии с нормами СанПина.

70% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся на свежем воздухе или в спортзале. Остальное время распределено на всевозможные тематические беседы, часы здоровья, подготовку и проведение различных соревнований и внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни.

Для успешной реализации программы будут использованы Интерет-ресурсы, разработки внеклассных мероприятий, презентации, видеоролики, мультфильмы о здоровом образе жизни и т.п.

**Ценностные ориентиры:**

В своей работе педагог должен ориентироваться не только на усвоение ребёнком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоения знаний и представлений в поведении. Педагог учитывает, что ребёнок, изучая себя, особенности организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать своё здоровье.

Методика работы с детьми должна строиться в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей.

Содержание занятий желательно наполнять сказочными и игровыми сюжетами и персонажами. Введение игры в занятие позволяет сохранить специфику младшего школьного возраста.

Каждое занятие должно приносить детям чувство удовлетворения, лёгкости и радости.

Данная программа строится на принципах:

* Научности - содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.
* Доступности - содержание курса составлено в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.
* Коллективности – ребёнок получает опыт жизни в обществе, опыт взаимодействия с окружающими, с одноклассниками.
* Патриотизма – индентификация себя с Россией, её культурой.
* При этом необходимо выделить практическую направленность курса.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

* Обеспечение мотивации

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

**Основные направления реализации программы:**

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

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

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

– активное использование спортивной площадки

– проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;

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

– организация питания учащихся;

– проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,

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

– организация и проведение профилактической работы с родителями;

– организация встреч родителей с медицинским работником.

**Формы занятий:**

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

**Алгоритм работы с подвижными играми.**

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

**Режим и место проведения занятий:**

Занятия проводятся во второй половине дня. Время занятий – 35минут.

Место проведения – спортивный зал, пришкольная спортивная площадка, кабинет для внеурочных занятий. Подвижные игры и спортивные праздники проходят по усмотрению учителя на свежем воздухе или в спортивном зале. Конкурсы, беседы, викторины в кабинете для внеурочных занятий.

**Результатом практической деятельности по программе «Будем здоровы» можно считать следующие критерии:**

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

**Формы подведения итогов работы:**

Анкетирование детей

Мониторинг состояния здоровья детей

Спортивные праздники с привлечением родителей

**В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 1 класса должны:**

**иметь представление**:

* о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
* о режиме дня и личной гигиене;
* о вредных и полезных привычках;
* о народных играх;
* о различных видах подвижных игр;
* о соблюдении правил игры.

**уметь**:

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

**2.Планируемые результаты освоения программы:**

**Предполагаемые результаты реализации программы**

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

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

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

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

**Личностные результаты.**

У учеников будут сформированы:

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

уважительное отношение к культуре других народов.

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

**Регулятивные УУД:**

Обучающийся научится:

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

**Познавательные УУД:**

Обучающийся научится:

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

**Коммуникативные УУД:**

Обучающийся научится:

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

**Предметные результаты:**

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

**3.Учебно-тематический план занятий**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | **Содержание программы** | Всего **часов** | **Часы аудиторных занятий** | **Часы внеаудиторных занятий** |
| **1** | Вводные занятия.  За здоровый образ жизни | **1** | **1** | **-** |
| **2** | **Спорт любить — здоровым быть!** | **17** | **2** | **14** |
| 2.1 | Народные игры. Русские народные игры и игры разных народов | 2 | - | 2 |
| 2.2 | Подвижные игры | 15 | - | 11 |
| 2.2.1 | Играя, подружись с бегом | 2 | - | - |
| 2.2.2 | Игры – эстафеты | 1 | - | 1 |
| 2.2.3 | Игры с прыжками | 2 | - | 2 |
| 2.2.4 | Кто сильнее? Игры-соревнования | 2 | - | 2 |
| 2.2.5 | Мой весёлый звонкий мяч! | 2 | - | 2 |
| 2.2.6 | Сюжетные игры | 2 | - | 2 |
| 2.3 | Пальчиковые игры. | 2 | 2 | - |
| 2.4 | Зимние забавы | 1 | - | 1 |
| 2.5 | Спортивные праздники | 1 | - | 1 |
| **3.** | **Игры на развитие психических процессов** | **2** | **1** | **1** |
| **4.** | **Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!** | **12** | **7** | **6** |
| 4.1 | Полезные и вредные привычки | 3 | 3 | - |
| 4.2 | Здоровое питание –отличное настроение. | 3 | 3 | - |
| 4.3 | Лечебная физкультура. Приёмы самомассажа и релаксации | 2 | - | 2 |
| 4.4 | Помоги себе сам | 1 | - | 1 |
| 4.5 | Праздники | 1 | - | 1 |
| 4.6 | Часы здоровья | 2 | 1 | 1 |
| **5** | **Итоговое занятие** | **1** | **1** | - |
|  | **Итого** | **33** | **12** | **21** |

**4.Содержание программы (33ч.):**

**1 раздел ( 1 ч)**

**Вводные занятия**

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

**2 раздел ( 18 ч)**

**Спорт любить — здоровым быть!**

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

* 1. Народные игры ( 2ч.) Разучивание русских народных игр: «Кот и мышь», «Коршун», «Горелки», «Пчёлки и ласточка». Разучивание игр разных народов. Украинские народные игры: «Высокий дуб», «Колдун», «Мак», «Перепёлочка». Белорусские народные игры: «Заяц-месяц», «Иванка», «Хлоп, хлоп, убегай!».
  2. Подвижные игры (11ч.) Подобраны игры, носящие соревновательный характер, с применением инвентаря (мяча) и без него, игры с заучиванием слов.

2.2.1. Играя, подружись с бегом (2ч.): «Бездомный заяц», «Борьба за флажки», «Пустое место», «Салки по кругу»

2.2.2. Игры – эстафеты (1ч.): «Команда быстроногих», «Эстафеты-поезда», «Большая круговая эстафета».

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

2.3. Пальчиковые игры (2ч.). Это инсценировка каких-либо рифмо­ванных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требу­ют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентировать­ся в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т. Д. Очень важны эти игры для развития творческих способно­стей у детей. Если ребенок усвоит какую-нибудь одну «пальчико­вую игру», он обязательно будет стараться придумывать новую инсценировку для других стишков и песенок. «Волшебные пальчики», «Здравствуй, пальчик», «Долго, долго мы лепили», « Как живёшь?», «Кто приехал?», «Ну-ка, братцы, за работу».

2.4. Зимние забавы (2ч.). Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров». Эстафета на санках. Лыжные гонки.

2.5. Спортивные праздники (1ч.) Праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», «Богатырская сила»,

**3 раздел ( 2 ч) Игры на развитие психических процессов.** Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

**4раздел ( 11 ч)**

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

4.1. Полезные и вредные привычки. (3ч.) Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма. Курение – это болезнь. Вред от алкоголя. Наркотические вещества. Токсические вещества. Полезные лекарства. Вредные лекарства. Режим дня школьника. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

4.2. Здоровое питание –отличное настроение. (2ч.) Вредные и полезные привычки в питании. Овощи на твоём столе. Полезные и вредные жвачки, конфеты, шоколадки. Фрукты – лучшие продукты. Очень вкусная еда, но не детская она: сладости, чипсы, напитки (пепси, фанта и т. Д.), торты, сало.

4.3. Лечебная физкультура.( 2ч.) Приёмы самомассажа и релаксации. Релаксационные настрои. Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног, лица.

4.4. Помоги себе сам.(2ч.) Оказание первой помощи. Познакомить детей с понятием «болезнь», с необходимостью обращаться за помощью к врачам. Показать детям опасные ситуации и научить правилам поведения в них. Показать основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Воспитывать желание помогать людям в трудных и опасных для здоровья ситуациях

4.5. Праздники (1ч.) «Мама, папа, я – здоровая семья», «В здоровом теле – здоровый дух»

4.6. Часы здоровья.(2ч.) «О пользе завтрака», «День каши» Цели: рассказать детям о каше как о традиционном блюде русской кухни, её пользе для здоровья; познакомить с правилами приготовления каши. «День соков». Цель: дать представление о значении жидкости для жизнедеятельности организма, необходимом количестве жидкости в ежедневном рационе питания человека, разнообразии и ценности напитков. «Фруктовый карнавал» поговорим о фруктах и их значении для организма человека.

**5 раздел ( 1 ч)**

**Итоговое занятие.**

Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника.

**5.Материально-техническое обеспечение:**

* Спортивный зал;
* Маты;
* Коврики;
* Гимнастические скамейки;
* Мячи, обручи, кегли, прыгалки;
* Музыкальный центр;
* музыкальная фонотека;
* СД– диски;
* DVD – проигрыватель.
* Методические разработки праздников
* Приёмы самомассажа и релаксации
* Электронные презентации «Вредные и полезные привычки»

«Фрукты и овощи на твоём столе»

«Режим дня школьника»

**Календарно-тематическое планирование занятий по спортивно-оздоровительному направлению «Будем здоровы»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Дата** | | **Название темы** | **Универсальные учебные действия** |
|  | **план** | **факт** |
| **Вводные занятия** | | | | |
|  | 5.09 |  | Вводное занятие. | **Л:** Адекватно воспринимать оценку учителя  **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям  **Р:** В сотрудничестве с учителем определять последовательность изучения материала, опираясь на иллюстративный ряд «маршрутного листа».  **К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). |
| **Спорт любить — здоровым быть!** | | | | |
| 2-3 | 12.09  19.09 |  | Разучивание русских народных игр: «Кот и мышь», «Коршун», «Горелки», «Пчёлки и ласточка». Разучивание игр разных народов. | **Л:** проявлять уважение к своей семье, ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей,  **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.  **Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.  **К:** Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. |
| 4-5 | 26.09  03.10 |  | Играя, подружись с бегом (2ч.): «Бездомный заяц», «Борьба за флажки», «Пустое место», «Салки по кругу» | **Л:** Выполнять правила личной гигиены, безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах.  **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям  **Р:** Умение излагать мысли в четкой логической последовательности, отстаивать свою точку зрения, анализировать ситуацию и самостоятельно находить ответы на вопросы путем логических рассуждений.  **К:** Сотрудничать со сверстниками и взрослыми |
| 6 | 10.10 |  | Игры – эстафеты (1ч.): «Команда быстроногих», «Эстафеты-поезда», «Большая круговая эстафета». | **Л:** проявлять уважение к своей семье, ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей,  **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.  **Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.  **К:** Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. |
| 6-7 | 17.10  24.10 |  | Игры с прыжками (2ч.): «Зайцы в огороде», «Поймай лягушку», «Придумай и покажи», «Кружилиха» | **Л:** Адекватно воспринимать оценку учителя  **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям  **Р:** Умение излагать мысли в четкой логической последовательности, отстаивать свою точку зрения, анализировать ситуацию и самостоятельно находить ответы на вопросы путем логических рассуждений.  **К:** Сотрудничать со сверстниками и взрослыми |
| 8-9 | 07.11  14.11 |  | Кто сильнее? Игры-соревнования (2ч.): «Бой петухов», «Борьба всадников», «Выталкивание спиной», «Эстафета с чехардой» |
| **Л:** Выполнять правила личной гигиены, безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах.  **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.  **Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.  **К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). |
| 10-11 | 21.11  28.11 |  | Мой весёлый звонкий мяч! (2ч.) «Школа мяча», «Мяч – соседу», «Гонка мячей по кругу», «Охраняй капитана», «Пушбол» | **Л:** проявлять уважение к своей семье, ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей,  **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям  **Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.  **К:** Сотрудничать со сверстниками и взрослыми |
| 12-13 | 05.12  12.12 |  | Сюжетные игры (2ч.): «Птица без гнезда», «Мы-весёлые ребята», «Два мороза», «Космонавты», «Совушка». | **Л:** Адекватно воспринимать оценку учителя  **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.  **Р:** Умение излагать мысли в четкой логической последовательности, отстаивать свою точку зрения, анализировать ситуацию и самостоятельно находить ответы на вопросы путем логических рассуждений.  **К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). |
| 14-15 | 19.12  26.12 |  | Пальчиковые игры |
| 16-17 | 09.01  16.01 |  | Зимние забавы Строительные игры из снега. | **Л:** Выполнять правила личной гигиены, безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах.  **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям  **Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.  **К:** Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. |
| 18 | 23.01 |  | Спортивные праздники |
| **Л:** проявлять уважение к своей семье, ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей,  **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.  **Р:** Осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном.  **К:** Сотрудничать со сверстниками и взрослыми |
| **Игры на развитие психических процессов** | | | | |
| 19-20 | 30.01  13.02 |  | Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) | **Л:** Адекватно воспринимать оценку учителя  **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям  **Р:** Умение излагать мысли в четкой логической последовательности, отстаивать свою точку зрения, анализировать ситуацию и самостоятельно находить ответы на вопросы путем логических рассуждений.  **К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). |
| **Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!** | | | | |
| 21-23 | 20.02  27.02  05.03 |  | Полезные и вредные привычки. | **Л:** Выполнять правила личной гигиены, безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах.  **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.  **Р:** Умение излагать мысли в четкой логической последовательности, отстаивать свою точку зрения, анализировать ситуацию и самостоятельно находить ответы на вопросы путем логических рассуждений |
| 24-25 | 12.03  19.03 |  | Здоровое питание –отличное настроение | **Л:** проявлять уважение к своей семье, ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей,  **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям  **Р:** Вносить необходимые дополнения, исправления в свою работу, если она расходится с эталоном (образцом).  **К:** Сотрудничать с товарищами при выполнении заданий в паре: устанавливать и соблюдать очерёдность действий, корректно сообщать товарищу об ошибках. |
| 26-27 | 09.04  16.04 |  | Лечебная физкультура.. | **Л:** Адекватно воспринимать оценку учителя  **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.  **Р:** Умение излагать мысли в четкой логической последовательности, отстаивать свою точку зрения, анализировать ситуацию и самостоятельно находить ответы на вопросы путем логических рассуждений.  **К:** Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. |
| 28-29 | 23.04  30.04 |  | Помоги себе сам | **Л:** проявлять уважение к своей семье, ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей,  **П:** Сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие.  **Р:** Вносить необходимые дополнения, исправления в свою работу, если она расходится с эталоном (образцом).  **К:** Сотрудничать с товарищами при выполнении заданий в паре: устанавливать и соблюдать очерёдность действий, корректно сообщать товарищу об ошибках. |
| 30 | 30.04 |  | Праздники «Мама, папа, я – здоровая семья», «В здоровом теле – здоровый дух» |  |
| 31-32 | 07.05  14.05 |  | Часы здоровья. «О пользе завтрака», «День каши» | **Л:** проявлять уважение к своей семье, ценить взаимопомощь и взаимоподдержку членов семьи и друзей,  **П:** Группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям  **Р:** Вносить необходимые дополнения, исправления в свою работу, если она расходится с эталоном (образцом).  **К:** Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятное). |
| 33 | 21.05 |  | **Итоговое занятие** |  |
| **Итого 33** | | | |  |

**Литература для учителя:**

1. Баранцев С.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. - М. : Просвещение, 1988
2. Безруких М. М. , Филиппова Т.А, Макеева А.Г Разговор о правильном питании / Методическое пособие.- М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004. – 80 с.
3. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1995
5. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
6. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.
7. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.
8. Ковалько В.И. Школа физкультминуток.- М., ВАКО, 2005.
9. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4-е классы.
10. Коростелев Н. Б. Воспитание здорового школьника: Пособие для учителя / Под ред. В.Н. Кардашенко.- М.: Просвещение, 1986.- 176 с.
11. Коротков М.И. Подвижные игры детей. М.: Сов. Россия, 1987
12. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР. - М.: Просвещение, 1988
13. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
14. Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность. - М., Просвещение, 2011
15. DVD «Уроки тётушки Совы» - ТО «Маски», Москва, 2009.
16. DVD «Азбука безопасности на дороге» - ТО «Маски», Москва, 2009.

**Литература для родителей и детей:**

1. Алексин Н.В.. Что такое. Кто такой.- М.: Педагогика - Пресс, 1992.год.
2. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
3. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. – Москва, Просвещение, 1983г.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1995
5. Дедулевич М.Д. Не пропустить миг игры: подвижные игры, игровые поединки – Мозырь Белый ветер 2002г.
6. Елкина Н. В., Тараборина Т. Н. 1000 загадок. Популярное пособие для родителей и педагогов.- Ярославль: Академия развития, 1997.
7. Чудакова Н. В. Я познаю мир: Детская энциклопедия. – Издательство

ACT -ЛТД, 1997.

1. Шебеко В.Н.,. Овсянин В.А , Карманова А.В.; «Физкульт – ура!» Программа физического воспитания в детском саду под редакцией В.Н. Шебеко – Минск ИЗД. В.М. Скакун, 1997г.