

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №11 ИМЕНИ ГЕРОЕВ ВОИНОВ-ИНТЕРНАЦИОНАЛИСТОВ ГОРОДА НОВОКУЙБЫШЕВСКА ГОРОДСКОГО ОКРУГА НОВОКУЙБЫШЕВСК САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

<b>РАССМОТРЕНО</b> На заседании Методического совета Протокол №1 От 27.08.2025г.	<b>СОГЛАСОВАНО</b> С заместителем директора по ВР _____ И.В. Карапетовой 28.08.2025г.	<b>УТВЕРЖДЕНО</b> Директор ГБОУ ООШ №11 Г.Новокуйбышевска _____ Н.Б.Левина Приказ № 180-од от 29.08.2025г.
--	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Будь здоров!»**

для обучающихся 1-4 классов

Новокуйбышевска, 2025 г.

**Пояснительная записка**

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. Внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Рабочая программа составлена на основе авторской программы Обуховой Л.А., Лемяскиной Н.А., Жиренко О.Е. "Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1–4 классы). – М.: ВАКО, 2011. – 288 с. – (Мастерская учителя).

Рабочая программа по внеурочной деятельности (спортивно-оздоровительного направления) составлена в соответствии с новыми стандартами второго поколения.

Внеурочная деятельность по спортивно-оздоровительному направлению увеличивает пространство, в котором школьники могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Будь здоров!» составлена на основе следующих документов:

- требования Федерального государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 №373;
- Закона РФ «Об образовании» (в ред. Федеральных законов от 13.01.1996 №12-фз, от 16.11.1997 №144-фз от 13.02.2002 №20-фз и т.д.) статья 12 п.1 статья 26 п.1,2;
- Письма Минобразования РФ от 12 мая 2012 года № 03-296 «Об образовании внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 07 сентября 2010 года №1507 – р «Об утверждении плана действий по модернизации общего образования на 2011 – 2015 годы».

***Программа разработана с учётом:***

- санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в ОУ (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12. 2010 №189);
- годового учебного календарного графика Учреждения на 2016 – 2017 учебный год;
- требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования и программы формирования УУД.

По мнению специалистов-медиков, возраст от одного года до 15 лет гораздо важнее для сохранения будущего здоровья, чем от 15 лет до 60.

Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся? Именно в решении этих вопросов и заключается **АКТУАЛЬНОСТЬ** программы «Будь здоров!».

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 здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному 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 ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Будь здоров!» 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.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Будь здоров!» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **ЦЕЛЕЙ**:

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

Цели конкретизированы следующими **ЗАДАЧАМИ**:

**1. Формирование:**

➤ представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здравом) 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; формировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;

➤ формировать у учащихся мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;

➤ обеспечить физическое и психическое саморазвитие;

➤ научить использовать полученные знания в повседневной жизни;

➤ добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

**2. 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.

### **Общая характеристика курса.**

Программа внеурочной деятельности по общекультурному оздоровительному направлению «Будь здоров!» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН..

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Будь здоров!», предполагает обучение на двух основных уровнях:

- ✓ первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни;

- ✓ второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

### **Принципы построения программы:**

Данная программа позволяет реализовать в школьной практике принципы государственной политики и общие требования к содержанию образования в Законе «Об образовании».

**Принцип научности** - в основе которого содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.

**Принцип доступности** - определяет содержание курса в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.

**Принцип системности** - определяет взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов предлагаемого курса.

**Принцип сознательности** – нацеливает на формирование у обучаемых глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности.

**Принцип систематичности и последовательности** – проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового, и опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Систематически проводимые формы организации познавательной деятельности в сочетании со здоровьесберегающими мероприятиями приучат учащихся постоянно соблюдать оздоровительный режим.

**Принцип повторения** знаний, умений и навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы. Характер элементов деятельности может проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приёмов, в различных формах заданий.

**Принцип постепенности.** Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для формирования здоровьесберегающих условий всестороннего образования ребёнка.

**Принцип индивидуализации** осуществляется на основе закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности учащихся, педагог всесторонне развивает каждого ребёнка, планирует и прогнозирует его развитие. С учётом уровня индивидуальной подготовленности ученика, его двигательных способностей и состояния здоровья, намечают пути совершенствования умений и навыков.

**Принцип непрерывности** выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха.

**Принцип цикличности** способствует упорядочению процесса педагогики оздоровления. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ученика к каждому следующему этапу обучения.

**Принцип учёта** возрастных и индивидуальных особенностей учащихся является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий.

**Принцип наглядности** – обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств к процессу познания. Принцип наглядности направлен для связи чувственного восприятия с мышлением.

**Принцип активности** – предполагает в учащихся высокую степень подвижности, самостоятельности, инициативы и творчества.

**Принцип всестороннего и гармонического развития личности.** Содействует развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее – физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое – развитие личности ребёнка.

**Принцип оздоровительной направленности** решает задачи укрепления здоровья школьника.

**Принцип формирования ответственности** у учащихся за своё здоровье и здоровье окружающих людей.

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.  
***Занятия носят научно-образовательный характер.***

***Основные виды деятельности учащихся:***

- ✓ навыки дискуссионного общения;
- ✓ опыты;
- ✓ игра.

Изучение программного материала начинается с 1 класса на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде учебных игр и в процессе практической деятельности. Кроме того, каждый отдельный раздел курса включает в себя дополнительные виды деятельности:

- чтение стихов, сказок, рассказов;
- постановка драматических сценок, спектаклей;
- прослушивание песен и стихов;
- разучивание и исполнение песен;
- организация подвижных игр;
- проведение опытов;
- выполнение физических упражнений, упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие воображения.

Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка. Каждое занятие должно стать настоящим уроком «здравотворчества».

### **Место курса в учебном плане**

Программа рассчитана на 4 года, 340 часов. В 1 классе – 34 часа, 2-4 классы по 102 часа  
Программа рассчитана на детей 7-10 лет, реализуется за 4 года.

**1-й год обучения** 1 час в неделю, 4 часа в месяц.

**2-й год обучения** 3 часа в неделю, 4 часа в месяц.

**3-й год обучения** 3 часа в неделю, 4 часа в месяц.

**4-й год обучения** 3 часа в неделю, 4 часа в месяц.

### **Описание ценностных ориентиров содержания программы «Будь здоров!»**

Одним из результатов преподавания программы «Будь здоров!» является решение задач воспитания – осмысление и интериоризация (присвоение) младшими школьниками системы ценностей.

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

### **Планируемые результаты реализации курса «Будь здоров!» .**

**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, 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 школа.

Следовательно, выпускник младших классов школы как современного образовательного учреждения должен иметь устойчивый интерес к учению, наблюдательность, осведомленность, применять знания на практике, быть исполнительным, уверенным, инициативным, добросовестным, заботливым, аккуратным, правдивым, 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 оздоровительному направлению «Будь здоров!» целям и задачам основной образовательной программы учреждения будет способствовать осуществлению пролонгированного эффекта от ее реализации в педагогической практике.

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.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

-умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

-умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

-умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Результатами освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

**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.

*Личностными результатами* программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Будь здоров!» 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.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ** — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные).

*Метапредметными результатами* программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Будь здоров!» - 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).

**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.

## **ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:**

- ✓ осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработка 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.

## 1 КЛАСС

На первом году обучения учащиеся **узнают**, как заботиться об органах чувств, правильно ухаживать за зубами, руками и ногами; **учатся**циальному питанию, узнают, как сон сделать полезным, знакомятся с правилами поведения в школе, обучаются искоренять свои вредные привычки не только на теоретических занятиях, но и в играх.

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ"

#### 1 класс (33 часа)

**Дружи с водой (2ч)** Советы доктора Воды. Друзья Вода и Мыло.

**Забота об органах чувств (5 ч)** Глаза – главные помощники человека. Чтобы уши слышали. Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма. Если кожа повреждена.

**Уход за зубами (3 ч)** Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку красивой.

**Уход за руками и ногами (1 ч)** «Рабочие инструменты» человека.

**Как следует питаться (2 ч)** Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая Пища для всей семьи.

**Как сделать сон полезным (1 ч)** Сон – лучшее лекарство.

**Настроение в школе (2 ч)** Как настроение?

**Настроение после школы(1 ч)** Я пришёл из школы.

**Поведение в школе (2 ч)** Я – ученик.

**Вредные привычки (2 ч)**

**Мышцы, кости и суставы (2 ч)** Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина.

**Как закаляться (2 ч)** Если хочешь быть здоров.

**Как правильно вести себя на воде (1 ч)** Правила безопасности на воде.

**Народные игры.(3 ч)**

**Подвижные игры (3ч)**

**Доктора природы(2 ч)**

#### ФОРМЫ РАБОТЫ В ПЕРВОМ КЛАССЕ:

- ✓ Экскурсии
- ✓ Игры
- ✓ Практические занятия
- ✓ Воспитательное мероприятие
- ✓ Викторины

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### курса «Будь здоров!» 1 КЛАСС (34 часа)

№	Тема занятия	Количество часов	Сроки
1.	Дружи с водой.	2	
2.	Забота об органах чувств.	5	
3.	Уход за зубами.	3	

4.	Уход за руками и ногами.	1	
5.	Уход за руками и ногами.	1	
6.	Забота о коже.	2	
7.	Как следует питаться.	2	
8.	Как сделать сон полезным.	1	
9.	Настроение в школе.	1	
10.	Настроение после школы	1	
11.	Поведение в школе	1	
12.	Вредные привычки.	2	
13.	Мышцы, кости и суставы.	2	
14.	Как закаляться.	1	
15.	Как правильно вести себя на воде.	1	
16.	Народные игры.	3	
17.	Подвижные игры.	4	
18.	Доктора природы.	2	

**Всего: 34 часа**

### **ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 класс**

№п/п	Тема	Кол-во часов	УУД	Содержание занятий
1	<i>Советы доктора Воды.</i>	1	Разгадывать загадки. Заучивать стихи. Работать в группах и в парах. Оценивать себя и товарищей. Решать проблему.	Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Заучивание слов. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды. Игра «Доскажи словечко».
2	<i>Друзья Вода и мыло</i>	1	Разгадывать загадки. Заучивать стихи. Работать в группах и в парах. Оценивать себя и товарищей. Решать проблему.	Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Игра «Наоборот». Творческая работа.

3	<b>Глаза – главные помощники человека.</b>	1	Наблюдать и принимать решение.	Беседа об органах зрения. Заучивание слов. Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Игра «Полезно – вредно». Правила бережного отношения к зорищу.
4	<b>Подвижные игры</b>	1		Знакомство с доктором Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», Раз, два, три-беги!»
5	<b>Чтобы уши слышали.</b>	1	Проделывать опыты. Играть . Составлять правила, работая в парах и в группе.	Разыгрывание ситуации. Проведение опытов. Оздоровительная минутка. Правил сохранения слуха.
6	<b>Почему болят зубы.</b>	1	Рисовать . Разгадывать загадки. Заучивать стихи. Работать в группах и в парах.	Игра «Угадай-ка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование.
7	<b>Чтобы зубы были здоровыми.</b>	1	Оценивать себя и товарищей. Решать проблему. Придумывать пословицу Выполнять практические задания. Сочинять стихи.	Беседа. Знакомство с доктором Здоровая Пища. Упражнение «Спрятанный сахар». Оздоровительная минутка. Зачем человеку зубная щётка? Практическая работа. Разучивание стихотворение. Тест.
8	<b>Как сохранить улыбку красивой?</b>	1		Психологический тренинг «Сотвори солнце в себе». Встреча с доктором Здоровые Зубы. Практические занятия. Оздоровительная минутка. Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.
9	<b>«Рабочие инструменты» человека.</b>	1	Придумывать загадку. Бережно относиться к своему здоровью.	Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками. Оздоровительная минутка. Игра-соревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая работа.
10	<b>Подвижные игры.</b>	1		Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч».
11	<b>Зачем человеку кожа.</b>	1	Рисовать . Разгадывать загадки. Заучивать стихи. Работать в группах и в парах.	Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей.
12	<b>Надёжная защита организма.</b>	1	Оценивать себя и товарищей. Решать проблему. Придумывать пословицу. Выполнять практические	Беседа об органах чувств. Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Работа по таблице «Строение кожи».

			задания.	Моделирование схемы. Тест.
13	<i>Если кожа повреждена.</i>	1	Сочинять стихи. Наблюдать и делать выводы. Проводить опыты.	Рассказ учителя о повреждениях кожи. Игра «Можно или нельзя». Оздоровительная минутка «Этюд души». Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?»
14	<i>Подвижные игры.</i>	1	Играть и соблюдать правила	Разучивание игр «Круговые салки», эстафеты со скакалками, «Весёлая эстафета», «Поезд».
15	<i>Питание – необходимое условие для жизни человека.</i>	1	Заучивать стихи. Придумывать продолжение сказки, работая в группе. Оценивать себя и товарищей.	Повторение правил здоровья. Заучивание слов. Встреча с доктором Здоровая Пища. Упражнение для осанки «Гора». Работа по таблице «Органы пищеварения». Игра «Продолжи сказку».
16	<i>Здоровая пища для всей семьи.</i>	1		Советы доктора Здоровая Пища. Анализ ситуации. Игра «Угадайка». Проведение опыта. Оздоровительная минутка. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?». Золотые правила питания.
17	<i>Сон – лучшее лекарство</i>	1	Играть. Наблюдать и делать выводы. Работать в группах и в парах. Анализировать ситуацию.	Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Повторение правил здоровья Анализ ситуации. Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам», Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».
18	<i>Как настроение?</i>	1	Выполнять задания. Анализировать ситуацию.	Встреча с доктором Любовь. Оздоровительная минутка. Упражнение «Азбука волшебных слов. Тест.
19	<i>Я пришёл из школы.</i>	1	Анализировать ситуацию. Придумывать продолжение сказки, работая в группе.	Беседа. Анализ и разыгрывание ситуации. Упражнение «Любишь – не любишь», Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ».
20	<i>Подвижные игры по выбору детей.</i>	1	Играть и соблюдать правила	Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?» Творческая работа «Придумай правила». Анализ ситуаций. Чтение и работа по содержанию рассказов М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой».
21-22	<i>Я – ученик.</i>	2	Составлять правила, работая в группах. Анализировать ситуацию.	Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?»

				Творческая работа «Придумай правила».
				Анализ ситуаций. Чтение и работа по содержанию рассказов М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой».
23-24	<b><i>Вредные привычки.</i></b>	2	Анализировать ситуацию. Работать в парах.	Беседа «Это красивый человек». Игра «Да - нет». Оздоровительная минутка «Деревце». Анализ ситуации.
				Слово учителя. Заучивание слов. Это нужно запомнить! Практическая работа в парах.
25	<b><i>Подвижные игры.</i></b>	1	Играть и соблюдать правила	Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня».
26	<b><i>Скелет – наша опора.</i></b>	1	Рисовать. Разгадывать загадки. Заучивать стихи. Работать в группах и в парах.	Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка «Самомассаж ушей». Это интересно. Правила первой помощи.
27	<b><i>Осанка – стройная спина!</i></b>	1	Оценивать себя и товарищей. Решать проблему. Придумывать пословицу. Выполнять практические задания. Сочинять стихи. Наблюдать и делать выводы. Проводить опыты.	Встреча с доктором Стойной Осанка. Это интересно! Оздоровительная минутка. Работа по таблице. Правила для поддержания правильной осанки. Практические упражнения.
28	<b><i>Если хочешь быть здоров.</i></b>	1	Рисовать. Бережно относиться к своему здоровью.	Сказка о микробах. Правила закаливания. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Творческая работа. Это интересно! Тест «Здоровый человек – это...»
29	<b><i>Правила безопасности на воде.</i></b>	1	Работать в группах и в парах. Оценивать себя и товарищей. Решать проблему.	Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде. Работа по таблицам «Учись плавать». Имитация движений пловца.
30	<b><i>Подвижные игры.</i></b>	1	Играть и соблюдать правила	По выбору учащихся.
31	<b><i>Весёлые старти.</i></b>	1	Играть и соблюдать правила	Командные соревнования.
32-33	<b><i>Обобщающие занятия «Доктора здоровья».</i></b>	2	Учимся выстраивать обобщения	Встреча с докторами здоровья. Игра-рассуждение «Здоровый человек-это...», Оздоровительная минутка. Игра «Хорошо-плохо». Повторение правил здоровья. Памятка Здоровичков. Анализ

				ситуаций. Подвижные игры на воздухе.
34	<i>Подвижные игры.</i>	1	Играть и соблюдать правила	По выбору учащихся.

### ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков. Формулировать самому простые правила поведения в природе. Испытывать любовь к красоте родной природы.	Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.	Предполагать, какая информация необходима.	При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её. Учиться подтверждать аргументы фактами.

### 2 КЛАСС

На втором году обучения учащиеся **знакомятся** с правилами безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте, на воде; **обучаются** правилам обращения с огнём; как уберечься от поражения электрическим током; уберечься от порезов, ушибов, переломов. **Обучаются** правилам оказания первой медицинской помощи.

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "Будь здоров!"

2 класс – 102 часа

**Почему мы болеем(3ч)** Причины болезни. Признаки болезни. Как здоровье?

**Кто и как предохраняет нас от болезней(2ч)** Как организм помогает себе сам. Здоровый образ жизни

**Кто нас лечит(1ч)** Какие врачи нас лечат

**Прививки от болезней (2ч)** Инфекционные болезни. Прививки от болезней

**Что нужно знать о лекарствах (2)** Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка

**Как избежать отравлений (2ч)** Отравление лекарствам Пищевые отравления

**Безопасность при любой погоде(2ч)** Если солнечно и жарко Если на улице дождь и гроза

**Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте (2ч)** Опасность в нашем доме  
Как вести себя на улице

**Правила безопасного поведения на воде (1ч)** Вода – наш друг

**Правила общения с огнём (1ч)** Чтобы огонь не причинил вреда

**Как уберечься от поражения электрическим током (1ч)** Чем опасен электрический ток

**Как уберечься от порезов, ушибов, переломов. (1ч)** Травмы

**Как защититься от насекомых (1ч)**  
Укусы насекомых

**Предосторожности при обращении с животными(1ч)**  
Что мы знаем про кошек и собак

**Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом(2ч)**  
Отравление ядовитыми веществами  
Отравление угарным газом

**Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожениях(2ч)**  
Как помочь себе при тепловом ударе  
Как уберечься от мороза

**Первая помощь при травмах (3ч)**  
Растяжение связок и вывих костей  
Переломы  
Если ты ушибся и порезался

**Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос(1ч)**  
Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее

**Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек(1ч)**  
Укусы змей

**Сегодняшние заботы медицины(3ч)**  
Рости здоровым  
Воспитай себя  
Я выбираю движение

**Подвижные игры (68 ч).**

**ФОРМЫ РАБОТЫ ВО ВТОРОМ КЛАССЕ:**

- ✓ Экскурсии
- ✓ Игры
- ✓ Практические занятия
- ✓ Воспитательное мероприятие
- ✓ Викторины

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**курса «Будь здоров!»**  
**2 КЛАСС (102 часа)**

№	Тема занятия	Количество часов	Сроки
1.	Почему мы болеем.	3	
2.	Кто и как предохраняет нас от болезней.	2	
3.	Кто нас лечит.	1	
4.	Прививки от болезней.	2	
5.	Что нужно знать о лекарствах.	2	

6.	Как избежать отравлений.	2	
7.	Безопасность при любой погоде.	2	
8.	Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.	2	
9.	Правила безопасного поведения на воде.	1	
10.	Правила обращения с огнём.	1	
11.	Как уберечься от поражения электрическим током.	1	
12.	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.	1	
13.	Как защититься от насекомых.	1	
14.	Предосторожности при обращении с животными.	1	
15.	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом.	2	
16.	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении.	2	
17.	Первая помощь при травмах.	3	
18.	Первая помощь при попадании инородных тел в глаза, ухо, нос.	1	
19.	Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.	1	
20.	Сегодняшние заботы медицины.	3	
21.	Подвижные игры.	68	

**Всего – 102 часа**

### **ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 класс**

№ п/п	Наименова- ние раздела	Кол- во часов	Тема занятия	УУД	Содержание занятия

1	Почему мы болеем	1	<i>Разные причины болезней.</i>	Определять и формулировать цель деятельности на занятие с помощью учителя. Проговаривать последовательность действий на занятие. Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.	Повторение девиза «Уроков здоровья». Анализ стихотворения. Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов.
2	Подвижные игры.	1	<i>«Гуси лебеди»</i>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	Цели и задачи курса
3	Подвижные игры.	1	<i>«Салки»</i>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
4	Почему мы болеем	1	<i>Признаки некоторых болезней</i>	Определять и формулировать цель деятельности на занятие с помощью учителя. Проговаривать последовательность действий на занятие. Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Грипп». Оздоровительная минутка. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Практическая работа по составлению правил «Как помочь больному?»
5	Подвижные игры.	1	<i>«Догони меня»</i>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры: прыжки через скакалку, «классики».
6	Подвижные игры.	1	<i>«Вызов номеров»</i>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.

7	Почему мы болеем	1	<i>Как ваше здоровье?</i>	Определять и формулировать цель деятельности на занятие с помощью учителя. Проговаривать последовательность действий на занятие. Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.	Игра- соревнование «Кто больше знает?». Тест «Твоё здоровье», Оздоровительная минутка. Практическая работа «Помоги себе сам».
8	Подвижные игры.	1	<i>«День и ночь»</i>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафета по кругу. Самостоятельные игры Развитие скоростно-силовых способностей
9	Подвижные игры.	1	<i>«Волк во рву»</i>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	Равномерный бег . Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Соревнования по подвижным играм
10	Кто и как предохраняет нас от болезней.	1	<i>Организм-сам себе помощник.</i>	Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.	Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка. Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?». Составление памятки «Как правильно готовить уроки».
11	Подвижные игры.	1	<i>«Горелки»</i>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Комбинированная эстафета Развитие скоростно-силовых способностей.
12	Подвижные игры.	1	<i>«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».</i>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей.
13	Кто и как предохраняет нас от болезней.	1	<i>Здоровый образ жизни.</i>	Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения	Встреча с докторами Здоровья. Повторение правил. Анализ ситуации.

				нового материала.	Игра «Вставь словечко». Оздоровительная минутка. Мудрые слова доктора Свежий Воздух.
14	Подвижные игры.	1	<b>«Удочка», «Аисты»</b>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие, самостоятельно играть в разученные игры.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Развитие скоростно-силовых способностей.
15	Подвижные игры.	1	<b>«Не намочи ног».</b>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафета с переноской предметов Развитие скоростно-силовых способностей
16	Кто нас лечит.	1	<b>Какие врачи нас лечат.</b>	Учиться совместно с учителем и другими учениками <b>давать</b> эмоциональную <b>оценку</b> деятельности класса на занятие	Повторение составляющих здорового образа жизни. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Самоанализ здоровья.
17	Подвижные игры.	1	<b>«Охотники и утки»</b>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
18	Подвижные игры.	1	<b>«Пчёлки».</b>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей
19	Прививки от болезней.	1	<b>Инфекции и болезни.</b>	Учиться совместно с учителем и другими учениками <b>давать</b> эмоциональную <b>оценку</b> деятельности класса на занятие.	Словарная работа. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Поднялась температура...»
20	Подвижные игры.	1	<b>«Пятнашки», «Кот и мыши».</b>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей
21	Подвижные игры.	1	<b>«Вышибалы»</b>	Уметь выполнять общеразвивающие	Подвижные игры. Игры по выбору. Эстафеты.

				упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры.	Развитие скоростно-силовых способностей
22	Прививки от болезней.	1	<b><i>Прививки от болезней.</i></b>	Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).	Анализ ситуации в стихотворении С.Михалкова «Прививка». Оздоровительная минутка. Игра «Полезно – вредно».
23	Подвижные игры.	1	<b><i>«Пустое место»</i></b>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Весёлые старты.
24	Подвижные игры.	1	<b><i>«Совушка»</i></b>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками Развитие скоростно-силовых способностей
25	Что нужно знать о лекарствах.	1	<b><i>Как выбрать лекарства.</i></b>	Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).	Игра «Кто больше знает?» Беседа «Из чего получают лекарства». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова.
26	Подвижные игры.	1	<b><i>«Подвижна я цель»</i></b>	Знать правила поведения во время игр, самостоятельно играть в разученные игры.	Эстафета с мячами, скакалками Развитие скоростно-силовых способностей
27	Подвижные игры.	1	<b><i>«Попади в цель».</i></b>	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Игры на улице, по выбору
28	Что нужно знать о лекарствах.	1	<b><i>Домашняя аптечка.</i></b>	Познавательные УУД: Делать предварительный отбор источников информации: <i>ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре). Добывать новые знания.</i>	Игра «Светофор здоровья». Анализ ситуации. Работа над стихотворением С. Михалкова «Для больного человека...» Аптека дома. Оздоровительная минутка. Это полезно знать!
29	Подвижные игры.	1	<b><i>«Два мороза»</i></b>	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.
30	Подвижные игры.	1	<b><i>«Белые медведи»</i></b>	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Самостоятельные игры.
31	Как	1	<b><i>Лекарственн</i></b>	Познавательные УУД:	Беседа по теме. Игра –

	избежать отравлений.		<b>ые отравления</b>	Делать предварительный отбор источников информации: <i>ориентироваться</i> в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре). Добывать новые знания.	соревнование «Кто больше?» Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления. Помоги себе сам! Практическая работа.
32	Подвижные игры.	1	<b>«Охотники и утки»</b>	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.
33	Подвижные игры.	1	<b>«Казаки разбойники»</b>	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.
34	Как избежать отравлений.	1	<b>Пищевые отравления.</b>	Находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятие. Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.	Повторение признаков лекарственного отравления. Оздоровительная минутка. Признаки пищевого отравления. Составление памятки "Первая помощь при отравлениях".
35	Подвижные игры.	1	<b>«Рыбаки и рыбки»</b>	Знать правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	Самостоятельные игры.
36	Подвижные игры.	1	<b>«Бросай – беги »</b>	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.
37	Безопасность при любой погоде.	1	<b>Солнце – наш друг?</b>	Находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятие. Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.	Повторение правил поведения при пищевом отравлении. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Забыла Таня про обед...» Оздоровительная минутка. Признаки солнечного ожога. Практическая работа «Помоги себе сам!»
38	Подвижные игры.	1	<b>«Сокол и мыши»</b>	Знать правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.
39	Подвижные игры.	1	<b>«Быстрая передача».</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.

				разученные игры с ручным мячом.	». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры.
40	Безопасность при любой погоде.	1	<b><i>На улице дождь и гроза.</i></b>	Составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);	Повторение правил. Беседа по картине К. Маковского «Дети, бегущие от грозы». Правила поведения при грозе. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам!
41	Подвижные игры.	1	<b><i>«Мяч среднему», «Мяч соседу»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафета с передачей 1палочки. Самостоятельные игры
42	Подвижные игры.	1	<b><i>«Зайцы в огороде».</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель. Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.
43	Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.	1	<b><i>Опасности в нашем доме.</i></b>	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.	Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Мама приходит с работы...» Правила безопасного поведения в доме. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».
44	Подвижные игры.	1	<b><i>«Подвижная цель».</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.
45	Подвижные игры.	1	<b><i>«Зайцы, сторож и Жучка»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. Эстафета «Паровозик».
46	Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.	1	<b><i>Правила поведения на улице.</i></b>	Находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков). Средством формирования этих действий служит	Правило перехода улицы в местах, где нет светофора. Игра «Светофор здоровья». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Заучивание слов. Правила безопасности поведения в

				учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.	транспорте.
47	Подвижные игры.	1	<b>«Снайперы»</b> .	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Комбинированная эстафета. Игры по выбору Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
48	Подвижные игры.	1	<b>«Играй, мяч не теряй»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
49	Правила безопасного поведения на воде.	1	<b>Вода – наш друг.</b>	Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).	Встреча с доктором Вода. Правила поведения на воде. Обсуждения стихотворения И. Емельянова. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья». Когда опасность рядом.
50	Подвижные игры.	1	<b>«Запрещённое движение»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
51	Подвижные игры.	1	<b>Весёлые старты.</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
52	Правила обращения с огнём.	1	<b>Чтобы огонь не причинил вреда.</b>	Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).	Повторение правил поведения на воде. Беседа «Чем опасен огонь?» Игра «Светофор здоровья». Обсуждение ситуаций. Оздоровительная минутка. Правила поведения при пожаре в доме. Практическая работа «План эвакуации при пожаре».
53	Подвижные игры.	1	<b>«Мяч по кругу»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с	Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. Ведущий стоит за кругом. Игроки

				ручным мячом.	передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задание ведущего – коснуться мяча. Если ведущему это удалось, то игрок у кого был мяч, становится ведущим.
54	Подвижные игры.	1	<b>«Поймай рыбку»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Играют две команды. Одна команда, взявшись за руки, образует "бредень" и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников "рыбу". Пойманые игроки выбывают из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая "рыбы" больше. "Рыба" считается пойманной в том случае, если рыбакам удается образовать вокруг нее круг. Игра повторяется несколько раз.
55	Как уберечься от поражения электрическим током.	1	<b>Чем опасен электрический ток.</b>	Слушать и понимать речь других. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога ( побуждающий и подводящий диалог). Преобразовывать информацию из одной формы в другую.	Повторение правил поведения при пожаре в доме. Рассказ учителя. Словарная работа. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».
56	Подвижные игры.	1	<b>«Бег с шариком»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Игроки от каждой команды получают по одному шарику и ложке. По сигналу учителя игроки должны взять ложку с шариком и начать бег, стараясь не уронить шарик. Выигрывает та команда, которая справится с заданием первая.
57	Подвижные игры.	1	<b>«Нас не слышно и не видно»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Учитель завязывает водящему глаза. Остальные располагаются в 20 шагах от него по кругу. Тот из детей, на кого укажет учитель, начинает осторожно приближаться к водящему. Водящий. Заслыпав движение,

					должен указать рукой , откуда он его слышит. Если он укажет правильно, то незадачливому невидимке придется стать ведущим. Победит тот, кто сумеет приблизится к ведущему и дотронуться его рукой.
58	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.	1	<b><i>Травмы.</i></b>	Слушать и понимать речь других. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог). Преобразовывать информацию из одной формы в другую.	Слушать и понимать речь других. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог). Преобразовывать информацию из одной формы в другую.
59	Подвижные игры.	1	<b><i>«Третий лишний»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все становятся парами в круг. Двое водящих - в стороне. По команде учителя один убегает, другой догоняет. Убегающий подбегает к какой-нибудь паре и берет одного под руку. Тот кто остался без пары начинает убегать. И так до тех пор, пока кого- то не поймают.
60	Подвижные игры.	1	<b><i>«Ворота»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «ворота». Остальные дети встают друг за другом и к берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под воротами. «Ворота» произносят: Наши ворота Пропускают не всегда! Первый раз прощается, Второй запрещается, А на третий раз Не пропустим вас! После этих слов «ворота» резко опускают руки, и те дети, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротами». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается. Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами».

61	Как защититься от насекомых.	1	<b>Укусы насекомых.</b>	Слушать и понимать речь других. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог). Преобразовывать информацию из одной формы в другую.	Слушать и понимать речь других. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог). Преобразовывать информацию из одной формы в другую.
62	Подвижные игры.	1	<b>«Чужая палочка»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Для этой игры берут две небольшие одинаковые палочки. По сигналу учителя нужно бросить свою палку как можно дальше и тут же побежать за палочкой противника. Побеждает тот, кто первый вернется с чужой палочкой
63	Подвижные игры.	1	<b>«Платок»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все играющие встают в круг. Ведущий обегает за кругом 3 раза и бросает платок за одним из игроков. Этот игрок в свою очередь должен быстро поднять платок и погнаться за ведущим, чтобы постараться накинуть платок ему на шею, пока ведущий не успел обежать круг 3 раза. Если ведущий успевает обежать круг, он снова водит, если нет, игроки меняются местами.
64	Предосторожности при обращении с животными.	1	<b>Про собак и кошек.</b>	Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им. Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).	Беседа о домашних животных. Обсуждение стихотворения. Правила обращения с животными. Оздоровительная минутка. Составление правил. Это интересно!
65	Подвижные игры.	1	<b>«Белки, шишки и орехи»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все ребята встают, взявшись за руки, по три человека, образуя беличье гнездо. Между собой они договариваются, кто будет белкой, кто - орехом, кто - шишкой. Водящий стоит в середине площадки. Учитель кричит « белки», все белки оставляют свои гнезда и перебегают в другие. В это время водящий занимает

					свободное место в любом гнезде, становясь белкой. Тот, кому не хватило места в гнездах, становится водящим. Если учитель говорит «орехи», то местами меняются орехи и водящий, занявший место в гнезде, который становится орехом. Учителем может быть подана команда: белки-шишки-орехи, и тогда меняются местами сразу все.
66	Подвижные игры.	1	«След в след»	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Догоняющий должен гнаться за убегающим, наступая точно след в след. После можете посмотреть получившиеся следы.
67	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом	1	<i>Отравление ядовитыми веществами .</i>	Средством формирования действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения занятий).	Виды отравлений. Игра – соревнование «Кто больше знает?» Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья» Признаки отравления ядовитыми веществами. Словарная работа. Первая помощь при отравлениях.
68	Подвижные игры.	1	«Мишень»	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Выберите себе мишень – нарисуйте на бумаге и прикрепите, или просто пометьте мелом на заборе или другой поверхности. Снежки можно изготовить на уроках художественного труда из фольги. Чья команда большее количество раз попадет в мишень.
69	Подвижные игры.	1	«Кочки на кочку»	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Учитель чертит на снегу круги диаметром 30-40 сантиметров. Расстояние между кругами - 40-50 сантиметров. Ребенку нужно прыгать с кочки на кочку (то есть из круга в круг), стараясь побыстрее перебраться с первой кочки на последнюю. Отталкиваться надо обязательно обеими ногами: присесть, согнув ноги в коленях, затем прыжок.

70	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом	1	<b><i>Отравление угарным газом.</i></b>	Средством формирования действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения занятий).	Беседа по теме. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Признаки отравления угарным газом. Помоги себе сам (составление правил). Игра «Вставь пропущенные слова».
71	Подвижные игры.	1	<b><i>«Успевай, не зевай»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Дети идут в колоне по одному. Учитель дает заранее обговоренные сигналы – звуковые (хлопок ладонями). Например: когда ведущий хлопает в ладоши один раз, то дети бегут, когда хлопает два раза – дети садятся, когда три – дети идут.
72	Подвижные игры.	1	<b><i>«День и ночь»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Играющих делят на две команды, которые становятся в две шеренги у средней линии площадки спиной друг к другу на расстоянии 2 м. Одна команда - «день», другая - «ночь». Педагог называет ту или иную команду неожиданно. Если он говорит «ночь», то эта команда убегает, а команда «день» догоняет ее. Затем подсчитывают осаленных, и все игроки становятся на свои места. Очередность вызовов команд не соблюдают, но число вызовов должно быть одинаковым. Выигрывает команда, осалившая больше игроков. Исходное положение можно менять: стоя лицом, боком друг к другу и т. д.
73	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожени	1	<b><i>Помочь себе при тепловом ударе.</i></b>	Средством формирования действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения занятий).	Признаки теплового удара. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Игра «Светофор здоровья».

	и				
74	Подвижные игры.	1	<b>«Наперегонк и парами»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Играющих делят на две равные команды и выстраивают в колонны. Колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м (можно и больше). Перед всеми группами проводят стартовые линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флагжку. По сигналу педагога игроки с флагжками бегут к противоположной группе, отдают впередистоящим флагжи, а сами становятся сзади этой половины команды. То же делают игроки, получившие флагжи. Игра заканчивается, когда последний из перебегающих игроков какой-либо из команд передает флагжок начавшему эстафету игроку. Побеждает команда, закончившая передачу флагжков раньше.
75	Подвижные игры.	1	<b>«Ловушки-перебежки»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Играющих выстраивают в круг, руки за спиной. Водящий бежит за кругом и дотрагивается до руки одного из играющих. Игрок, до которого дотронулся водящий, бежит в обратную сторону, стремясь быстрее водящего занять свое место. Кто из бегущих останется без места, тот и становится водящим.
76	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении	1	<b>Как уберечься от мороза.</b>	Средством формирования действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения занятий).	Работа с отрывком из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения. Оздоровительная минутка. Составление правил. Игра «Полезно – вредно».
77	Подвижные	1	<b>«Вызов</b>	Уметь выполнять бег в	Играющих делят на две

	игры.		<b>номеров»</b>	среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	команды, которые выстраиваются в две колонны у лицевой линии. Команды рассчитываются по порядку. Каждый игрок запоминает свой номер. На средней линии напротив каждой колонны ставят булавы. Педагог называет один из номеров. Игроки обеих команд, стоящие под этим номером, бегут до булав, оббегают их и возвращаются обратно. Победитель приносит своей команде очко. Игра продолжается до тех пор, пока не будут вызваны все номера. Команда, набравшая наибольшее количество очков, побеждает. Можно усложнить игру, если предложить игрокам бежать спиной вперед, боком, приставными шагами или поставить на пути препятствия.
78	Подвижные игры.	1	<b>«Волки и овцы»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Выбирают ведущего — «волка». Остальные игроки — «овцы». «Овцы» отворачиваются и закрывают глаза, в это время «волк» прячется. Как только «волк» спрячется, он должен крикнуть: «Пора!» «Овцы» начинают повсюду искать «волка». «Овца», заметившая его, кричит: «Осторожно! Волк!», и все «овцы» бросаются врасыпную. Задача «волка» — догнать какуюнибудь «овцу». Пойманная «овца» становится «волком».
79	Первая помощь при травмах.	1	<b>Растяжения и вывихи.</b>	Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: осознание обучающимися	Повторение «Какие бывают травмы». Рассказ учителя. Признаки растяжения

				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	связок и вывиха костей. Оздоровительная минутка. Практическая работа в группах.
80	Подвижные игры.	1	<b>«Платок»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все играющие встают в круг. Ведущий обегает за кругом 3 раза и бросает платок за одним из игроков. Этот игрок в свою очередь должен быстро поднять платок и погнаться за ведущим, чтобы постараться накинуть платок ему на шею, пока ведущий не успел обежать круг 3 раза. Если ведущий успевает обежать круг, он снова водит, если нет, игроки меняются местами.
81	Подвижные игры.	1	<b>«Белки, шишки и орехи»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все ребята встают, взявшись за руки, по три человека, образуя беличье гнездо. Между собой они договариваются, кто будет белкой, кто - орехом, кто - шишкой. Водящий стоит в середине площадки. Учитель кричит « белки», все белки оставляют свои гнезда и перебегают в другие. В это время водящий занимает свободное место в любом гнезде, становясь белкой. Тот, кому не хватило места в гнездах, становится водящим. Если учитель говорит « орехи», то местами меняются орехи и водящий, занявший место в гнезде, который становится орехом. Учителем может быть подана команда: белки-шишки-орехи, и тогда меняются местами сразу все.

82	Первая помощь при травмах.	1	<b><i>Переломы.</i></b>	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	Виды переломов. Знакомство с правилами. Оздоровительная минутка. Практическая работа в парах
83	Подвижные игры.	1	<b><i>«Третий лишний»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все становятся парами в круг. Двое водящих - в стороне. По команде учителя один убегает, другой догоняет. Убегающий подбегает к какой-нибудь паре и берет одного под руку. Тот кто остался без пары начинает убегать. И так до тех пор, пока кого-то не поймают.
84	Подвижные игры.	1	<b><i>«Ворота»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «ворота». Остальные дети встают друг за другом и к берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под воротами. «Ворота» произносят: Наши ворота Пропускают не всегда! Первый раз прощается, Второй запрещается, А на третий раз Не пропустим вас! После этих слов «ворота» резко опускают руки, и те дети, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротами». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается. Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами».
85	Первая помощь при травмах.	1	<b><i>Если ты ушибся или порезался.</i></b>	Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: осознание обучающимися	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Таня пальчик

				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	наколола...» Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Словарная работа. Практическая работа в парах.
86	Подвижные игры.	1	<b><i>«Наперегонк и парами»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Играющих делят на две равные команды и выстраивают в колонны. Колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м (можно и больше). Перед всеми группами проводят стартовые линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флагжку. По сигналу педагога игроки с флагжками бегут к противоположной группе, отдают впередистоящим флагжки, а сами становятся сзади этой половины команды. То же делают игроки, получившие флагжки. Игра заканчивается, когда последний из перебегающих игроков какой-либо из команд передает флагжок начавшему эстафету игроку. Побеждает команда, закончившая передачу флагжков раньше.
87	Подвижные игры.	1	<b><i>«Ловушки-перебежки»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Играющих выстраивают в круг, руки за спиной. Водящий бежит за кругом и дотрагивается до руки одного из играющих. Игрок, до которого дотронулся водящий, бежит в обратную сторону, стремясь быстрее водящего занять свое место. Кто из бегущих останется без места, тот и становится водящим.

88	Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.	1	<b><i>Если в глаз, ухо, нос или горло попало инородное тело.</i></b>	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	Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо. Отгадывание кроссворда «Органы».
89	Подвижные игры.	1	<b><i>«Гуси лебеди»</i></b>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
90	Подвижные игры.	1	<b><i>«Салки»</i></b>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
91	Первая помощь при укусах насекомых, змей.	1	<b><i>Если укусила змея.</i></b>	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	Работа в онлайн энциклопедии: Это интересно! Признаки укусы змеи. Оздоровительная минутка. Первая помощь при укусе змеи. Отгадывание кроссворда.
92	Подвижные игры.	1		Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры: прыжки через скакалку, «классики».
93	Подвижные игры.	1	<b><i>«Догони меня»</i></b>	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры:

				разученные игры.	прыжки через скакалку, «классики».
94	Сегодняшние заботы медицины.	1	<b>Я здоровье берегу.</b>	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	Беседа о неизлечимых болезнях века. Оздоровительная минутка. Решение задач.
95	Подвижные игры.	1	<b>«Бег с шариком»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Игроки от каждой команды получают по одному шарику и ложке. По сигналу учителя игроки должны взять ложку с шариком и начать бег, стараясь не уронить шарик. Выигрывает та команда, которая справится с заданием первая.
96	Подвижные игры.	1	<b>«Нас не слышно и не видно»</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Учитель завязывает водящему глаза. Остальные располагаются в 20 шагах от него по кругу. Тот из детей, на кого укажет учитель, начинает осторожно приближаться к водящему. Водящий. Заслышав движение, должен указать рукой, откуда он его слышит. Если он укажет правильно, то незадачливому невидимке придется стать ведущим. Победит тот, кто сумеет приблизиться к водящему и дотронуться его рукой.
97	Сегодняшние заботы медицины.	1	<b>Здоровый образ жизни.</b>	социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром	Беседа по теме. Тест «Оцени себя сам». Оздоровительная минутка.
98	Подвижные игры.	1	<b>«Запрещённое движение» .</b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых

					способностей.
99	Подвижные игры.	1	<b><i>Весёлые старты.</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
100	Сегодняшние заботы медицины.	1	<b><i>Я выбираю движение.</i></b>	социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром	Урок – праздник «В путь дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйтесь!»
101	Подвижные игры.	1	<b><i>«Мяч по кругу»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. Ведущий стоит за кругом. Игроки передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задание ведущего – коснуться мяча. Если ведущему это удалось, то игрок у кого был мяч, становится ведущим.
102	Подвижные игры.	1	<b><i>«Поймай рыбку»</i></b>	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Играют две команды. Одна команда, взявшись за руки, образует "бредень" и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников "рыбу". Пойманые игроки выбываются из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая "рыбы" больше. "Рыба" считается пойманной в том случае, если рыбакам удается образовать вокруг нее круг. Игра повторяется несколько раз.

### Ожидаемые результаты.

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
Осознавать себя гражданином России и частью многогранного изменяющегося мира, в том числе объяснять, что	Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.	Предполагать, какая информация необходима. Самостоятельно отбирать для решения учебных	При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её. Учиться подтверждать аргументы фактами.

<p>связывает тебя с твоими близкими, одноклассниками, друзьями.</p> <p>Формулировать самому простые правила поведения в природе.</p> <p>Испытывать чувство гордости за красоту родной природы.</p>		<p>задач, необходимые словари, справочники, энциклопедии. Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников.</p>	<p>Организовывать учебное взаимодействие в группе.</p>
--	--	---	--

**К концу 2 класса учащиеся должны знать:**

**В результате усвоения программы учащиеся должны уметь:**

- ✓ выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- ✓ осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- ✓ формировать своё здоровье.

**Учащиеся должны знать:**

- ✓ факторы, влияющие на здоровье человека;
- ✓ причины некоторых заболеваний;
- ✓ причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- ✓ виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- ✓ о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- ✓ основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

### 3 КЛАСС

В третьем классе учатся уважительному отношению к родителям, близким; учатся выбирать друзей; воспитывают в себе чувство сострадания к беспомощным и больным; усваивают правила поведения в общественных местах.

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "Будь здоров!"

#### 3 класс – 102 часа

**Чего не надо бояться(1ч)** Как воспитывать уверенность и бесстрашие

**Добрый быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным(2ч)** Учимся думать. Спеши делать добро.

**Почему мы говорим неправду(2ч)** Поможет ли нам обман. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках

**Почему мы не слушаемся родителей(2ч)** Надо ли прислушиваться к советам родителей.

Почему дети и родители не всегда понимают друг друга

**Надо ли уметь сдерживать себя(2ч)** Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность

**Не грызи ногти, не ковыряй в носу(2ч)** Как отучить себя от вредных привычек. Как отучить себя от вредных привычек (продолжение)

**Как относиться к подаркам(2ч)** Я принимаю подарок. Я дарю подарок

**Как следует относиться к наказаниям(1ч)** Наказание

**Как нужно одеваться(1ч)** Одежда

**Как вести себя с незнакомыми людьми(1ч)** Ответственное поведение

**Как вести себя, когда что – то болит(1ч)** Боль  
**Как вести себя за столом(2ч)** Сервировка стола. Правила поведения за столом  
**Как вести себя в гостях(1ч)** Ты идёшь в гости  
**Как вести себя в общественных местах(2ч)** Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, в кино, школе  
**«Нехорошие слова». Недобрые шутки(2ч)** Умеем ли мы вежливо общаться. Умеем ли мы разговаривать по телефону  
**Что делать. Если не хочется в школу(1ч)** Помоги себе сам  
**Чем заняться после школы(1ч)** Умей организовать свой досуг  
**Как выбрать друзей(2ч)** Что такое дружба. Кто может считаться настоящим другом  
**Как помочь родителям(1ч)** Как доставить родителям радость  
**Как помочь больным и беспомощным(2ч)** Если кому – нибудь нужна твоя помощь. Спешите делать добро  
**Повторение(3ч)** Огонек здоровья. Путешествие в страну здоровья. Культура здорового образа жизни

**Подвижные игры (68 ч).**

**ФОРМЫ РАБОТЫ В ТРЕТЬЕМ КЛАССЕ:**

- ✓ Экскурсии
- ✓ Игры
- ✓ Практические занятия
- ✓ Воспитательное мероприятие
- ✓ Викторины
- ✓ Дискуссии

**Тематическое планирование**

**курса «Будь здоров!»**

**3 класс (102 часа)**

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Сроки</b>
1.	Чего не надо бояться.	1	
2.	Добрый быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.	2	
3.	Почему мы говорим неправду.	2	
4.	Почему мы не слушаемся родителей.	2	
5.	Надо уметь сдерживать себя.	2	
6.	Не грызи ногти, не ковыряй в носу.	2	
7.	Как относиться к подаркам.	2	
8.	Как следует относиться к наказаниям.	1	
9.	Как нужно одеваться.	1	
10.	Как вести себя с незнакомыми людьми.	1	
11.	Как вести себя, когда что-то болит.	1	

12.	Как вести себя за столом.	2	
13.	Как вести в гостях.	1	
14.	Как вести себя в общественных местах.	2	
15.	«Нехорошие слова». Недобрые шутки.	2	
16.	Что делать, если не хочется в школу.	1	
17.	Чем заняться после школы.	1	
18.	Как выбрать друзей.	2	
19.	Как помочь родителям.	1	
20.	Как помочь беспомощным и больным.	2	
21.	Подвижные игры.	68	
22.	Повторение.	3	

**Всего-102 часа**

### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	УУД	Содержание занятия
1	<i>Как воспитывать уверенность и бесстрашие</i>	1	Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	Беседа по теме «Как воспитывать уверенность и бесстрашие.» Работа по стихотворению Э Успенского «Академик Иванов». Анализ ситуации по стихотворению И. Токмаковой «Не буду бояться». Игра «Давайте разберемся», практическое занятие.
2	<i>«Вороны и воробы»</i>	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	На линиях в 3 – 5 м. друг от друга команды располагаются шеренгами спиной друг к другу. Одна команда – «Вороны», другая – «Воробы». По сигналу «вороны» одноименная команда убегает, а другая старается догнать и «осалить» убегающих до определенной отметки. Побеждает команда, «осалившая» большее число игроков другой команды.
3	<i>«Ловушки - перебежки»</i>	1	Проявлять дисциплинированность	По обеим сторонам площадки проводятся две черты. Группа

			и упорство в достижении поставленных целей.	детей становится на каждой стороне площадки за чертой. На середине между двумя линиями находится ребенок – ловишка. После слов: «Раз, два, три – лови!» - дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит их. Тот, до кого ловишка дотронется, выбывает из игры. После 2 перебежек производится подсчет пойманных и выбирают новых ловишек.
4	<b>Учимся думать.</b>	1	Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	Беседа по теме занятия. Заучивание слов. Игра «Почему это произошло?». Беседа «Свое мнение».
5	<b>«Паровозик»</b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Направляющий обегает стойку, возвращается и, взяv за руку партнера, повторяет упражнение. Вернувшись, они берут третьего и т. д., пока не пробежит дистанцию вся команда. Побеждает команда, первая закончившая передвижение.
6	<b>«Белые медведи»</b>	1	Активно включаться в общение.	Двоe водящих берутся за руки, а свободными руками стараются «запятнать» бегущих по площадке детей. Пойманные присоединяются к водящим, образуя тройки, четверки и т. д., и помогают водящим. Игра проводится до тех пор, пока не будут пойманы все играющие.
7	<b>Спеши делать добро.</b>	1	Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	Игра «Продолжи сказку». Беседа по теме. Заучивание пословицы. Игра в пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность».
8	<b>«На одной ноге»</b>	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении	Прыгая на одной ноге, второй ногой постарайтесь прокатить мяч вокруг стола, кресла или провести его по извилистой

			поставленных целей.	дорожке: обогнать расставленные в комнате стулья, кегли или другие предметы – один слева, другой справа. Мяч не должен касаться этих предметов.
9	<b><i>«Петушиный бой»</i></b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Дети перестраиваются в две шеренги. Игроки стоят на линии лицом друг к другу. По сигналу они, передвигаясь на одной ноге, руки за спиной, стараются вытолкнуть соперника за контрольную линию. Подсчитывается количество вытолкнутых, и выигрывает команда, у которой было больше побед.
10	<b><i>Поможет ли нам обман.</i></b>	1	Вырабатывать в противоречивых жизненных ситуациях правила поведения.	Беседа «Что такое ложь?». Игра «Продолжите рассказы». Творческая работа.
11	<b><i>«Веселый бег»</i></b>	1	Активно включаться в общение.	Команды становятся во встречные колонны с одной стороны мальчики, с другой девочки (на расстоянии длины волейбольной площадки). Около направляющего колонны лежит мяч (резиновый) и гимнастическая палка. По команде он зажимает мяч между ногами, берет в обе руки гимнастическую палку и бежит к противоположной колонне девочек. Если по пути теряется один из предметов, игрок должен остановиться, взять предмет таким же способом и продолжить бег. Эстафета заканчивается, когда колонны мальчиков и девочек поменяются.
12	<b><i>«Попади в след»</i></b>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	На полу рисуются три пары следов. Дети делятся на команды. Перед каждой командой по три пары следов. Необходимо прыгая точно попадать в след. Побеждает та команда, дети которой будут точнее.
13	<b><i>«Неправда – ложь»</i></b>	1	Объяснять	Чтение рассказа Л. Н. Толстого

	<b><i>в пословицах и поговорках.</i></b>		положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	«Косточка». Беседа по прочитанному. Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.
14	<b><i>«Охота на тигра»</i></b>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	Для проведения этой игры требуется мишень – фанерный щит, на котором нарисована голова свирепого тигра, а в пасти вырезано круглое отверстие. Необходимо иметь 5 теннисных резиновых мячей. Задача играющих с 4-5 шагов попасть мячом в отверстие – пасть. Побеждает тот, кто сделает больше точных бросков.
15	<b><i>«Донести рыбку»</i></b>	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Дети делятся на две команды. На линии старта двум игрокам вручается по две удочки длиной в 1 метр. На конце каждой удочки кладется фанерная рыбка. Удочки держатся одна в правой руке, другая – в левой. Участники должны пронести и опустить «рыбок» в спасательный круг, который находится на линии старта на расстоянии 8-10 метров. Играющие начинают движение одновременно по сигналу судьи. Уронивший «рыбку» должен тут же положить ее на удочки и двигаться дальше. Выигрывает та команда, которая раньше опустит «рыбок» в круг.
16	<b><i>Надо ли прислушиваться к советам родителей.</i></b>	1	Вырабатывать в противоречивых жизненных ситуациях правила поведения.	Беседа по теме. Анализ ситуаций на примере стихотворения С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать». Творческая работа «Портрет родителей». Пожелание себе. Чтение и обсуждение отрывка из рассказа Е. Чарушина «Курочка».
17	<b><i>«Черепаха-путешественница»</i></b>	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	Для этой эстафеты каждой команде понадобится пластмассовый таз. Направляющий становится на четвереньки, ему на спину устанавливают таз вверх дном.

				Получилась черепаха. Теперь она должна пройти путь до кегли и обратно, не потеряв при этом свой «панцирь» - таз. Когда игрок «доползет» до старта, с него снимают «дом» и устанавливают его на спину другого участника. Выигрывает та команда, которая быстрее преодолеет предложенный путь
18	<i>«Собери орехи»</i>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Дети делятся на команды. Каждой из них даются по 5 обручей и по 1 волейбольному мячу. Обручи кладутся на пол. Причем они могут лежать не по прямой линии. Задача каждой «белки»: пронести «орех» - волейбольный мяч, прыгая с «дерева на дерево» (из обруча в обруч), до отметки и обратно. Вернувшись к себе в «дупло», игрок передает «орех» следующей «белочке». Побеждает та команда, которая быстро и без потерь перенесет «орехи».
19	<i>Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.</i>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению. Находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятие. Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.	Беседа по теме. Анализ рассказа М. Горького «Воробышек». Оздоровительная минутка. Игра «Почему нам запрещают?».
20	<i>«Повязуя шелковый платочек»</i>	1	Активно включаться в общение.	Дети делятся на команды. На двух стойках, между которыми натянута веревка, висят на нитках 10-15 надувных шаров, которые разрисованы под матрешек. У каждого игрока небольшой платочек, который необходимо по сигналу повязать на шар. Побеждает та команда, которая быстрее повяжет платочки.
21	<i>«Дриблинг»</i>	1	Формирование	Делим класс на две команды.

			уважительного отношения к иному мнению.	Они разыгрывают между собой эстафету с воздушными шарами. Вести шар к финишу можно только ударяя его об пол, т. е. дриблингом. Побеждает команда, все игроки которой проведут шар к финишу и обратно раньше своих соперников. В команде может быть от пяти до десяти человек.
22	<i><b>Все ли желания выполнимы</b></i>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению. Находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятие. Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.	Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворениях «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка - ревушка. Толкование пословиц и крылатых выражений.
23	<i><b>«Пролезь сквозь мешок»</b></i>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Команды выстраиваются в колонну по одному лицевой линии волейбольной площадки. На линии нападения учитель и его помощники держат мешки без дна, другой край мешка закреплен на обруче. По сигналу игроки поочередно пролезают сквозь мешок, оббегают кегли возвращаются обратно с правой стороны.
24	<i><b>Русская народная игра «Краски»</b></i>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки-краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали его хозяину, он приглашает одного из покупателей. Покупатель стучит: Тук! Тук! - Кто там? - Покупатель. - Зачем пришел? - За краской. - За какой?

				<p>- За голубой. Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки».</p> <p>Если же покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе. Идет второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который набрал больше красок. Правила игры: Хозяином становится покупатель, который угадал больше красок.</p>
25	<i>Как воспитать в себе сдержанность</i>	1	Вырабатывать в противоречивых жизненных ситуациях правила поведения.	Беседа «Что такое каприз?». Игра «Проверь себя». Оздоровительная минутка. Работа с толковым словарем. Толкование пословиц.
26	<i>Русская народная игра «Стадо»</i>	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Играющие выбирают пастуха и волка, а все остальные – овцы. Дом волка в лесу, а у овец два дома на противоположных концах площадки. Овцы громко зовут пастуха: Пастушок! Пастушок! Заиграй во рожок! Гони стадо в поле, Погулять на воле! Пастух выгоняет овец на луг, они ходят, бегают, прыгают. По сигналу пастуха: «Волк!» - все овцы бегут в дом на противоположную сторону площадки. Пастух встает на пути волка, защищает овец. Все, кого поймал волк, выходят из игры. Правила игры: Во время перебежки овцам нельзя возвращаться в тот дом, из которого они вышли. Пастух только заслоняет овец от волка, но не задерживает его руками.
27	<i>Таджикская народная игра «Горный козел»</i>	1	Активно включаться в общение.	Играющие собираются на площадке. Двух, трех детей назначают охотниками, а остальные – «горные козлы».

				Дети, изображающие «горных козлов», ходят или бегают по площадке. По сигналу охотники гонятся за ними и стреляют (салят их мячиками). Осаленный «горный козел» садится на скамейку. Это означает, что он пойман. Правила игры: В одного игрока могут бросить мяч сразу два охотника.
28	<i>Как отучить себя от вредных привычек</i>	1	Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!». Беседа по теме «Вредные привычки». Составление памятки «Это полезно знать!». Повторение основного девиза. Работа со стихотворением Г. Остера «Нет приятнее занятья...». Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия.
29	<i>Украинская народная игра «Хлебец»</i>	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	Все желающие играть, взяввшись за руки, становятся попарно (пара за парой) на некотором расстоянии от игрока, у которого нет пары. Он называется хлебчиком. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Пеку-пеку хлебчик! (Кричит хлебчик)</li> <li>- А выпечешь? (Спрашивает последняя пара)</li> <li>- Выпеку!</li> <li>- А убежишь?</li> <li>- Посмотрю!</li> </ul> <p>С этими словами два задних игрока в противоположных направлениях с намерением соединиться и встать перед хлебчиком. А тот пытается поймать одного из них до того, как они успеют взяться за руки. Если это ему удается, он вместе с пойманым составляет пару новую, а игрок, оставшийся без пары, оказывается хлебчиком. Правила игры: Последняя пара может бежать только после окончания переклички.</p>

30	<b>Чеченская народная игра «Игра в башню»</b>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре другого народа.	На площадке чертится квадрат размером 50х50. От квадрата на расстоянии 1.5-2 м. проводится черта – это первый полукон, от полукона чертятся еще 6 линий – полуконов с промежутками в один шаг. В центре квадрата устанавливается круглая палочка длиной 15-18 см., диаметром 5 см. Из числа играющих выбирается водящий, остальные поочередно начинают игру с кона, т. е. с последней отметки, стараясь выбить палочку из квадрата. Если играющий выбывает палочку, он бежит за своей битой, а водящий – за палочкой. Если водящий раньше успевает подбежать к квадрату и произнести слово «Башня!», он становится играющим, а играющий – водящим. Если же раньше к квадрату подбежал играющий и успел сказать «Башня!», он приближается к квадрату на один полукон, а водящий продолжает водить. Игра продолжается до тех пор, пока один из играющих не выйдет на первый полукон, т. е. на первую черту от квадрата. Правила игры: Промах считается потерей хода.
31	<b>Как отучить себя от вредных привычек</b>	1	Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!». Беседа по теме «Вредные привычки». Составление памятки «Это полезно знать!». Повторение основного девиза. Работа со стихотворением Г. Остера «Нет приятнее занятия...». Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия.
32	<b>Дагестанская народная игра «Достань шапку»</b>	1	Активно включаться в общение.	Игроки делятся на две команды, до 10 человек в каждой. На расстоянии 10-15 м. находятся

				шапки. Играющие в обеих командах становятся в пары и движутся к шапкам, выполняя разные движения. Сначала двигаются первые пары, затем вторые и т. д. Например, первые пары продвигаются вперед, прыгая на одной ноге, четвертые – в полуприседе и т. д. Правила игры: Взять шапку имеет право только та пара, которая дошла первой. Побеждает команда, набравшая больше шапок.
33	<b>Бурятская народная игра «Волк и ягнята»</b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Выбираются: один игрок – волк, другой – овца, остальные – ягнята. Волк сидит на дороге, по которой движется овца с ягнятами. Овца впереди, за нею друг за другом гуськом идут ягнята. Подходят к волку. Овца спрашивает: «Что ты здесь делаешь?» «Вас жду», - говорит волк. «А зачем нас ждешь?» - «Чтобы вас всех съесть!» С этими словами он бросается на ягнята, а «овца» загораживает их. Ягнята держатся друг за друга и за овцу. Волк может ловить только последнего ягненка. Ягнята должны ловко делать повороты в сторону, следя за движениями овцы. Волку нельзя отталкивать овцу.
34	<b>Я принимаю подарок.</b>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению. Находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятие. Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.	Беседа по теме. Игра «Закончите предложение». Анализ ситуации в стихотворении Г Остера «Если ты пришел на елку...» и Н. Носова «Письмо Незнайки». Составление памятки «Это полезно помнить!». Игра «Подбери слова благодарности».
35	<b>Казахская народная игра «Конное</b>	1	Формирование уважительного отношения к иному	Игроки парами (конь и наездник) встают на линию старта так, чтобы не мешать

	<i><b>«состязание»</b></i>		мнению, истории и культуре другого народа.	друг другу. Первый игрок – конь – вытягивает руки назад – вниз, второй – наездник – берет его за руки, и в таком положении пары бегут до линии финиша. Наездник, первым «прискакавший» к финишу, должен подпрыгнуть и достать платок, подвешенный на стойке. <b>Цель:</b> Соревнование начинается только по сигналу. Платок достает наездник
36	<i><b>«Увернись от мяча»</b></i>	1	Активно включаться в общение.	На площадке на расстоянии 10-15 м. чертится две линии. Игроки одной команды встают за этими линиями, игроки другой – посередине. Находящиеся в середине игроки стараются увернуться и не дать попасть в себя мячом игрокам другой команды. Игрок, в которого попал мяч, выбывает из игры. Когда все игроки из середины выбиты, то команды меняются ролями. Побеждает та команда, которая быстрее выбывает соперников.
37	<i><b>Я дарю подарки</b></i>	1	Активно включаться в общение.	Беседа по теме. Анализ ситуации из песни Э Успенского «У нашей мамы праздник» и стихотворении Г Остера «Если друг на день рождения...». Ввод понятия «эмоция» и его происхождение. Игра «Выбери ответ». Составление памятки «Это полезно знать!».
38	<i><b>«Сильный бросок»</b></i>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	Дети делятся на команды. Команды стоят в шеренге в 20-30 м. друг от друга. Посередине лежит баскетбольный мяч. Игроки бросают малые мячи в большой и стараются перекатить его на сторону противника. Команда, которой это удается, побеждает.
39	<i><b>«Космонавты»</b></i>	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	На площадке в разных частях чертим контуры ракеты. Их должно быть на несколько штук меньше играющих. Все дети берутся за руки. Они идут по кругу со словами: «Ждут нас

				быстрые ракеты для прогулок по планетам. На какую захотим, на такую полетим! Но в игре один секрет: опоздавшим места нет!» Как только сказано последнее слово, дети разбегаются, стараясь занять свободное место в «ракете». Опоздавшие собираются в центре круга. Отмечаем тех детей, которые ни разу не опоздали на «ракету».
40	<i><b>Наказание.</b></i>	1	Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворении Э Мошковской «Я ушел в свою обиду». Творческая работа.
41	<i><b>«Второй лишний»</b></i>	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	Все желающие играть образуют круг. С внешней стороны круга остаются двое: один водит, другой от него убегает. Когда водящий догонит и «осалит» убегающего игрока, они меняются ролями.
42	<i><b>«Два мороза»</b></i>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Играющие располагаются по одной стороне площадки, на середине двое водящих – два Мороза». Морозы обращаются к ребятам со словами: «Мы два брата молодые, два Мороза удалые!» Один из них, указывая на себя, говорит: «Я Мороз – синий нос». Другой: «Я Мороз – красный нос». И вместе: «Кто из вас решится в путь-дорожку пуститься?» Все ребята отвечают: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!» После этих слов дети перебегают на другую сторону площадки. Водящие стараются «осалить» перебегающих, «осаленные» остаются на том месте, где их «заморозил Мороз». Во время следующих перебежек играющие могут выручить «замороженных» ребят, дотрагиваясь до них руками. После нескольких перебежек

				назначаются другие Морозы. Отмечаются те дети, которые не попали к Морозам ни разу, а также лучшая пара водящих.
43	<i>Одежда</i>	1	Активно включаться в общение.	Беседа по теме. Игра «Кто больше знает?». Игра «Закончи фразу». Толкование пословицы. Игра «Найди правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Э Мошковской «Смотрите, в каком я платьице!». Обсуждение высказывания А. П. Чехова.
44	<i>«Большой мяч»</i>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Но он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадет в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середину встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется. Играющие не берут в руки мяч, они перекатывают его ногами.
45	<i>«Шлепанки»</i>	1	Активно включаться в общение.	Играющие встают в круг лицом к центру на расстоянии одного шага один от другого. Выбирается водящий. Он выходит в центр круга. Называет по имени одного из детей, бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Играющий, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлепает ладонью). Число отбиваний перебрасывается водящему, и игра продолжается, пока кто-то из играющих не уронит мяч. В этом случае игра начинается сначала. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего. Играющий встает на место

				водящего только в том случае, если он поднял мяч с земли.
46	<i>Ответственное поведение</i>	1	Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	Беседа по теме. Игра «Закончите высказывание». Составление памятки «Правила поведения с незнакомыми людьми». Чтение стихов «Азбука безопасности». Анализ ситуации по отрывку из рассказа А. Раскина «Как папа опаздывал».
47	<i>«Прятки»</i>	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Дети идут играть в парк. Играющие оговаривают, где можно прятаться. Образуем две группы, одна из которых разбегается врассыпную и прячется, а другая пускается на поиски спрятавшихся. Дальше игроки меняются ролями. Нужно оговорить время, в течение которого следует найти всех игроков. (Например, досчитав до 10).
48	<i>Весёлые старти.</i>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
49	<i>Боль.</i>	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Разгадывание кроссворда. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении О. Дриза «Шип в мою ладонь впился...». Игра «Закончите фразу».
50	<i>«Гуси лебеди»</i>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
51	<i>«Салки»</i>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
52	<i>Сервировка стола</i>	1	Общаться	и Беседа по теме. Разгадывание

			взаимодействовать со своими сверстниками.	кроссворда. Работа над правильным правописанием и произношением слова «аппетит». Беседа «Как правильно накрыть стол». Практическая работа по этой теме. Беседа «Мы идем в кафе».
53	<i>«Третий лишний»</i>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все становятся парами в круг. Двоих водящих - в стороне. По команде учителя один убегает, другой догоняет. Убегающий подбегает к какой-нибудь паре и берет одного под руку. Тот кто остался без пары начинает убегать. И так до тех пор, пока кого-то не поймают.
54	<i>«Ворота»</i>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Двоих игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «ворота». Остальные дети встают друг за другом и к берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под воротами. «Ворота» произносят: Наши ворота Пропускают не всегда! Первый раз прощается, Второй запрещается, А на третий раз Не пропустим вас! После этих слов «ворота» резко опускают руки, и те дети, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротами». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается. Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами».
55	<i>Правила поведения за столом</i>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении З. Александровой «Ложкою мешая, сердится Танюшка...» Работа над правилами поведения за столом. Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «От знакомых уходя...»
56	<i>«Бег с шариком»</i>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно	Игроки от каждой команды получают по одному шарику и ложке. По сигналу учителя

			играть в разученные игры с ручным мячом	игроки должны взять ложку с шариком и начать бег, стараясь не уронить шарик. Выигрывает та команда, которая справится с заданием первая.
57	<b>«Нас не слышино и не видно»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Учитель завязывает водящему глаза. Остальные располагаются в 20 шагах от него по кругу. Тот из детей, на кого укажет учитель, начинает осторожно приближаться к водящему. Водящий. Заслышав движение, должен указать рукой, откуда он его слышит. Если он укажет правильно, то незадачливому невидимке придется стать ведущим. Победит тот, кто сумеет приблизиться к водящему и дотронуться его рукой.
58	<b>Ты идешь в гости</b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Анализ ситуаций. Беседа по теме. Составление приглашений. Составление памятки «В гости надо приходить...»
59	<b>«Мяч по кругу»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. Ведущий стоит за кругом. Игроки передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задание ведущего – коснуться мяча. Если водящему это удалось, то игрок у кого был мяч, становится ведущим.
60	<b>«Поймай рыбку»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Играют две команды. Одна команда, взявшись за руки, образует "бредень" и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников "рыбу". Пойманые игроки выбывают из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая "рыбы" больше. "Рыба" считается пойманной в том случае, если рыбакам удается образовать вокруг нее круг. Игра повторяется несколько раз.
61	<b>Как вести себя в транспорте и на улице</b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Беседа по теме. Составление памятки «О правилах поведения в транспорте, на улице». Чтение

				стихотворений «Азбука поведения». Игра «Выбери правильный ответ».
62	<b><i>«Наперегонки парами»</i></b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Играющих делят на две равные команды и выстраивают в колонны. Колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м (можно и больше). Перед всеми группами проводят стартовые линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флагжку. По сигналу педагога игроки с флагжками бегут к противоположной группе, отдают впередистоящим флагжки, а сами становятся сзади этой половины команды. То же делают игроки, получившие флагжки. Игра заканчивается, когда последний из перебегающих игроков какой-либо из команд передает флагжок начавшему эстафету игроку. Побеждает команда, закончившая передачу флагжков раньше.
63	<b><i>«Ловушки-перебежки»</i></b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Играющих выстраивают в круг, руки за спиной. Водящий бежит за кругом и дотрагивается до руки одного из играющих. Игрок, до которого дотронулся водящий, бежит в обратную сторону, стремясь быстрее водящего занять свое место. Кто из бегущих останется без места, тот и становится водящим.
64	<b><i>Как вести себя в театре, кино, школе</i></b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении А. Барто «В театре». Игра «Найди правильный ответ». Беседа «Правила поведения в общественных местах, школе, в детском саду, на игровой площадке».
65	<b><i>«Вызов номеров»</i></b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с	Играющих делят на две команды, которые выстраиваются в две колонны у лицевой линии. Команды рассчитываются по порядку.

			ручным мячом	Каждый игрок запоминает свой номер. На средней линии напротив каждой колонны ставят булавы. Педагог называет один из номеров. Игроки обеих команд, стоящие под этим номером, бегут до булав, оббегают их и возвращаются обратно. Победитель приносит своей команде очко. Игра продолжается до тех пор, пока не будут вызваны все номера. Команда, набравшая наибольшее количество очков, побеждает. Можно усложнить игру, если предложить игрокам бежать спиной вперед, боком, приставными шагами или поставить на пути препятствия.
66	<b>«Волки и овцы»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Выбирают ведущего — «волка». Остальные игроки — «овцы». «Овцы» отворачиваются и закрывают глаза, в это время «волк» прячется. Как только «волк» спрячется, он должен крикнуть: «Пора!» «Овцы» начинают повсюду искать «волка». «Овца», заметившая его, кричит: «Осторожно! Волк!», и все «овцы» бросаются врассыпную. Задача «волка» — догнать какую-нибудь «овцу». Пойманная «овца» становится «волком».
67	<b>Умеем ли мы вежливо обращаться</b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Беседа по теме. Игра «Комplимент». Анализ ситуации. Беседа «Умей правильно отказаться от предложения». Чтение стихотворений о «волшебных» словах.
68	<b>«Успевай, не зевай»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Дети идут в колонне по одному. Учитель дает заранее обговоренные сигналы – звуковые (хлопок ладонями). Например: когда ведущий хлопает в ладоши один раз, то дети бегут, когда хлопает два раза – дети садятся,

				когда три – дети идут.
69	<b>«День и ночь»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Играющих делят на две команды, которые становятся в две шеренги у средней линии площадки спиной друг к другу на расстоянии 2 м. Одна команда - «день», другая - «ночь». Педагог называет ту или иную команду неожиданно. Если он говорит «ночь», то эта команда убегает, а команда «день» догоняет ее. Затем подсчитывают осаленных, и все игроки становятся на свои места. Очередность вызовов команд не соблюдают, но число вызовов должно быть одинаковым. Выигрывает команда, осалившая больше игроков. Исходное положение можно менять: стоя лицом, боком друг к другу и т. д.
70	<b>Умеем ли мы разговаривать по телефону</b>	1	Организовывать учебное взаимодействие в группе.	Беседа по теме. Игра «Телефон». Составление памятки «Правила ведения телефонного разговора». Игра «Комplимент».
71	<b>«Подвижная цель».</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.
72	<b>«Зайцы, сторож и Жучка»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. Эстафета «Паровозик».
73	<b>Помоги себе сам</b>	1	Осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья.	Анализ ситуации в стихотворении И. Токмаковой «Скоро в школу». Работа с мудрыми мыслями. Беседа по теме. Чтение и анализ стихотворения С. Маршака «Кот и лодыри». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если друг твой самый лучший...» Игра «Закончи предложения».
74	<b>«На одной ноге»</b>	1	Проявлять	Прыгая на одной ноге, второй

			дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	ногой постарайтесь прокатить мяч вокруг стола, кресла или провести его по извилистой дорожке: обогнуть расставленные в комнате стулья, кегли или другие предметы – один слева, другой справа. Мяч не должен касаться этих предметов.
75	<b>«Петушиный бой»</b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Дети перестраиваются в две шеренги. Игроки стоят на линии лицом друг к другу. По сигналу они, передвигаясь на одной ноге, руки за спиной, стараются вытолкнуть соперника за контрольную линию. Подсчитывается количество вытолкнутых, и выигрывает команда, у которой было больше побед.
76	<b>Умей организовать свой досуг</b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Беседа по теме. Стихотворный монтаж. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).
77	<b>«Вороны и воробыши»</b>	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	На линиях в 3 – 5 м. друг от друга команды располагаются шеренгами спиной друг к другу. Одна команда – «Вороны», другая – «Воробыши». По сигналу «вороны» одноименная команда убегает, а другая старается догнать и «осалить» убегающих до определенной отметки. Побеждает команда, «осалившая» большее число игроков другой команды.
78	<b>«Ловушки - перебежки»</b>	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	По обеим сторонам площадки проводятся две черты. Группа детей становится на каждой стороне площадки за чертой. На середине между двумя линиями находится ребенок – ловушка. После слов: «Раз, два, три – лови!» - дети перебегают на другую сторону площадки, а ловушки ловят их. Тот, до кого ловушки дотронется, выбывает из игры. После 2 перебежек производится подсчет

				пойманых и выбирают новых ловишек.
79	<i>Что такое дружба</i>	1	Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	Беседа по теме. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ». Игра «Хочу быть». Чтение стихотворения П. Синявского «Ветерок с березкой шепчется». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Отец и сыновья».
80	<i>«Сильный бросок»</i>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	Дети делятся на команды. Команды стоят в шеренге в 20-30 м. друг от друга. Посередине лежит баскетбольный мяч. Игроки бросают малые мячи в большой и стараются перекатить его на сторону противника. Команда, которой это удается, побеждает.
81	<i>«Космонавты»</i>	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	На площадке в разных частях чертим контуры ракеты. Их должно быть на несколько штук меньше играющих. Все дети берутся за руки. Они идут по кругу со словами: «Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам. На какую захотим, на такую полетим! Но в игре один секрет: опоздавшим места нет!» Как только сказано последнее слово, дети разбегаются, стараясь занять свободное место в «ракете». Опоздавшие собираются в центре круга. Отмечаем тех детей, которые ни разу не опоздали на «ракету».
82	<i>Кто может считаться настоящим другом</i>	1	Вырабатывать в противоречивых жизненных ситуациях правила поведения.	Беседа по теме. Чтение и анализ отрывка из рассказа В. Осеевой «Долг». Игра «Продолжи предложение». Анализ ситуации в стихотворении А. Шалыгина «Настроение упало». Игра «Любит - не любит». Анализ выражения А. Экзюпери «Ты всегда в ответе за тех, кого приручил...»
83	<i>«Платок»</i>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом,	Все играющие встают в круг. Ведущий обегает за кругом 3 раза и бросает платок за одним из

			самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	игроков. Этот игрок в свою очередь должен быстро поднять платок и погнаться за ведущим, чтобы постараться накинуть платок ему на шею, пока ведущий не успел обежать круг 3 раза. Если ведущий успевает обежать круг, он снова водит, если нет, игроки меняются местами.
84	<b>«Белки, шишки и орехи»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все ребята встают, взявшись за руки, по три человека, образуя беличье гнездо. Между собой они договариваются, кто будет белкой, кто - орехом, кто - шишкой. Водящий стоит в середине площадки. Учитель кричит « белки», все белки оставляют свои гнезда и перебегают в другие. В это время водящий занимает свободное место в любом гнезде, становясь белкой. Тот, кому не хватило места в гнездах, становится водящим. Если учитель говорит « орехи», то местами меняются орехи и водящий, занявший место в гнезде, который становится орехом. Учителем может быть подана команда: белки-шишки-орехи, и тогда меняются местами сразу все.
85	<b>Как доставить родителям радость</b>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	Чтение отрывков из стихотворений детских писателей. Беседа по теме. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих...» Игра «Комplимент».
86	<b>«Увернись от мяча»</b>	1	Активно включаться в общение.	На площадке на расстоянии 10-15 м. чертится две линии. Игроки одной команды встают за этими линиями, игроки другой – посередине. Находящиеся в середине игроки стараются увернуться и не дать попасть в себя мячом игрокам другой команды. Игрок, в которого попал мяч, выбывает из игры. Когда все игроки из

				середины выбиты, то команды меняются ролями. Побеждает та команда, которая быстрее выбьет соперников.
87	<b><i>«Второй линний»</i></b>	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	Все желающие играть образуют круг. С внешней стороны круга остаются двое: один водит, другой от него убегает. Когда водящий догонит и «осалит» убегающего игрока, они меняются ролями.
88	<b><i>Если кому -нибудь нужна твоя помощь</i></b>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	Беседа по теме. Игра «Выбери правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Е. Благининой «Наш дедушка». Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек».
89	<b><i>«Большой мяч»</i></b>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Но он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадет в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середину встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется. Играющие не берут в руки мяч, они перекатывают его ногами.
90	<b><i>«Шлепанки»</i></b>	1	Активно включаться в общение.	Играющие встают в круг лицом к центру на расстоянии одного шага один от другого. Выбирается водящий. Он выходит в центр круга. Называет по имени одного из детей, бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Играющий, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлепает ладонью). Число отбиваний перебрасывается водящему, и

				игра продолжается, пока кто-то из играющих не уронит мяч. В этом случае игра начинается сначала. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего. Играющий встает на место водящего только в том случае, если он поднял мяч с земли.
91	<i>Спешите делать добро</i>	1	Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	Беседа по теме. Толкование пословиц. Игра «Кто больше знает?» Высказывания великих людей о доброте. Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Чтение стихотворений о доброте.
92	<i>«Пролезь сквозь мешок»</i>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Команды выстраиваются в колонну по одному лицевой линии волейбольной площадки. На линии нападения учитель и его помощники держат мешки без дна, другой край мешка закреплен на обруче. По сигналу игроки поочередно пролзают сквозь мешок, обегают кегли возвращаются обратно с правой стороны.
93	<i>Русская народная игра «Краски»</i>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки-краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали его хозяину, он приглашает одного из покупателей. Покупатель стучит: Тук! Тук! - Кто там? - Покупатель. - Зачем пришел? - За краской. - За какой? - За голубой. Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки». Если же покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе. Идет второй покупатель,

				разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который набрал больше красок. Правила игры: Хозяином становится покупатель, который угадал больше красок.
94	<i><b>Огонек здоровья</b></i>	1	Организовывать учебное взаимодействие в группе.	Беседа по теме Театральная постановка «Доктор Айболит». Викторина «Будь здоров!» Работа над пословицами о здоровье.
95	<i><b>«Повязуя шелковый платочек»</b></i>	1	Активно включаться в общение.	Дети делятся на команды. На двух стойках, между которыми натянута веревка, висят на нитках 10-15 надувных шаров, которые разрисованы под матрешек. У каждого игрока небольшой платочек, который необходимо по сигналу повязать на шар. Побеждает та команда, которая быстрее повяжет платочки.
96	<i><b>«Увернись от мяча»</b></i>	1	Активно включаться в общение.	На площадке на расстоянии 10-15 м. чертится две линии. Игроки одной команды встают за этими линиями, игроки другой – посередине. Находящиеся в середине игроки стараются увернуться и не дать попасть в себя мячом игрокам другой команды. Игрок, в которого попал мяч, выбывает из игры. Когда все игроки из середины выбиты, то команды меняются ролями. Побеждает та команда, которая быстрее выбьет соперников.
97	<i><b>Путешествие в страну здоровья</b></i>	1	Организовывать учебное взаимодействие в группе.	Игра- путешествие «В страну здоровья». Станция «Мойдодыр» (о личной гигиене). Станция «Неосторожность» (оказание первой помощи при несчастных случаях). Станция «Не болей» (профилактика инфекционных заболеваний). Станция «Опрятность» (уход за одеждой). Станция «Долой

				грязь» (гигиена жилища) и т. д.
98	<b>«Паровозик»</b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Направляющий обегает стойку, возвращается и, взяв за руку партнера, повторяет упражнение. Вернувшись, они берут третьего и т. д., пока не пробежит дистанцию вся команда. Побеждает команда, первая закончившая передвижение.
99	<b>«Белые медведи»</b>	1	Активно включаться в общение.	Двоих водящих берутся за руки, а свободными руками стараются «запятнать» бегущих по площадке детей. Пойманые присоединяются к водящим, образуя тройки, четверки и т. д., и помогают водящим. Игра проводится до тех пор, пока не будут пойманы все играющие.
100	<b>Культура здорового образа жизни</b>	1	Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.	Урок - соревнование. Культура поведения. Человек и окружающий мир. Культура общения. Человек и его здоровье. Писатели детям.
101	<b>«Запрещённое движение» .</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
102	<b>Весёлые старти.</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.

**Итого: 102 ч**

### **Советы к проведению подвижных игр.**

Там, где подвижная игра, нет места скуке. Эти игры помогают сделать эмоциональную разведку, лучшему общению детей.

Подвижная игра всегда требует от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговоренной в правилах. Особенность подвижной игры – ее творческий и соревновательный характер. В ней проявляется умение действовать вместе с коллективом в меняющихся условиях. Каждая подвижная игра имеет свою игровую задачу: «догони», «поймай», «найди» и др. Не стоит в начале ограничиваться дежурной фразой: «А

сейчас мы поиграем в ...» Организуй подвижную игру, помните, что лучше, если Вы будете в них участником, как и ребята. Каждая игра имеет свои правила. Четко объясните их. Эффективнее это можно сделать, если одновременно с рассказом Вы покажите действия, т. е. создадите образ предстоящей игры. Если во время игры правила не выполняются, приостановите игру, сделайте комментарий происходящего и покажите, в чем ошибка. В ходе игры будьте эмоциональны и непосредственны. Подбадривайте ребят. Не упустите момент, когда игру лучше завершить. И еще, для некоторых игр требуется несложный инвентарь, приготовьте его заранее. Хорошо подумайте, где Вам лучше организовать игру. Пусть это будет удобное и безопасное место. Часто для проведения игр надо разбраться на команды, держите для этого несколько оригинальных считалок.

## **Считалки:**

Шла кукушка  
 Мимо сети,  
 А за нею малы дети.  
 Кук-мак,  
 Кук-мак,  
 Убирай один кулак!

### **Ожидаемые результаты**

<b>Личностные</b>	<b>Регулятивные</b>	<b>Познавательные</b>	<b>Коммуникативные</b>
<p>Осознавать себя гражданином России и частью многогранного изменяющегося мира, в том числе объяснять, что связывает тебя с твоими близкими, одноклассниками, друзьями.</p> <p>Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.</p> <p>Формулировать самому простые правила поведения в природе.</p> <p>Испытывать чувство гордости за красоту родной природы.</p> <p>Вырабатывать в противоречивых жизненных ситуациях правила поведения.</p>	<p>Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.</p> <p>Составлять план выполнения задач.</p> <p>Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки с помощью учителя.</p> <p>Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников</p>	<p>Предполагать, какая информация необходима.</p> <p>Самостоятельно отбирать для решения учебных задач, необходимые словари, справочники, энциклопедии.</p> <p>Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников</p>	<p>Оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных ситуаций.</p> <p>При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её.</p> <p>Учиться подтверждать аргументы фактами.</p> <p>Организовывать учебное взаимодействие в группе.</p>

### **4 КЛАСС**

Учащиеся воспитывают в себе нравственные и этические качества; уверенность и бесстрашие;держанность; умение преодолевать вредные привычки. Учатся заботиться о себе и своей семье.

### **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "Будь здоров!"**

**4 КЛАСС – 102 часа**

**Наше здоровье(4ч)** Что такое здоровье. Что такое эмоции. Чувства и поступки. Стресс  
**Как помочь сохранить себе здоровье(3ч)** Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать.

**Что зависит от моего решения(2ч)** Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение.

**Злой волшебник – табак(1ч)** Что мы знаем о курении

**Почему некоторые привычки называются вредными(5ч)** Зависимость. Умей сказать НЕТ. Как сказать НЕТ. Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ. Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.

**Помоги себе сам(1ч)** Волевое поведение.

**Злой волшебник – алкоголь(3ч)** Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь – сделай выбор

**Злой волшебник – наркотик(2ч)** Наркотик. Наркотик – тренинг безопасного поведения.

**Мы – одна семья(2ч)** Мальчишки и девчонки. Моя семья.

**Повторение(11ч)** Дружба. День здоровья. Умеем ли мы правильно питаться. Я выбираю кашу. Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули. Чистота и порядок. Будем делать хорошо и не будем плохо. КВН «Наше здоровье». Я здоровье берегу – сам себе я помогу. Будьте здоровы.

**Подвижные игры (68ч)**

#### **ФОРМЫ РАБОТЫ В ЧЕТВЁРТОМ КЛАССЕ:**

- ✓ Экскурсии
- ✓ Игры
- ✓ Практические занятия
- ✓ Воспитательное мероприятие
- ✓ Викторины
- ✓ Дискуссии
- ✓ КВН

#### **Тематическое планирование**

**курса «Будь здоров!»**

**4 класс (102 часа)**

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Сроки</b>
1.	Наше здоровье.	4	
2.	Как помочь сохранить здоровье.	3	
3.	Что зависит от моего решения.	2	
4.	Злой волшебник – табак.	1	
5.	Почему некоторые привычки называются вредными.	5	
6.	Помоги себе сам.	1	
7.	Злой волшебник – алкоголь.	3	
8.	Злой волшебник – наркотик.	2	
9.	Мы – одна семья.	2	
10.	Повторение.	11	
11	Подвижные игры.	68	

**Всего-102 часа**

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 4 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	УУД	Содержание занятий
1	<b><i>Что такое здоровье?</i></b>	1	Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Слово учителя. Практическая работа. Встреча с медсестрой. Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Творческое задание «Здоровье – это...»
2	<b><i>«Догони меня»</i></b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  Самостоятельные игры: прыжки через скакалку, «классики». Играющие разбегаются по площадке (она должна быть ограничена линиями), а водящий ловит их. Пойманный становится водящим. При большом количестве играющих можно выделить двух-трех водящих. В дальнейшем игру можно усложнить, оговорив способ передвижения. Например, игрокам разрешается передвигаться только спиной к щиту, на половине поля которого они находятся, т. е. бегать и ходить спиной вперед, приставными шагами, боком.
3	<b><i>«Вызов номеров»</i></b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей. Играющих делят на две команды, которые выстраиваются в две колонны у лицевой линии. Команды рассчитываются по порядку. Каждый игрок запоминает свой номер. На

				средней линии напротив каждой колонны ставят булавы. Педагог называет один из номеров. Игроки обеих команд, стоящие под этим номером, бегут до булав, оббегают их и возвращаются обратно. Победитель приносит своей команде очко. Игра продолжается до тех пор, пока не будут вызваны все номера. Команда, набравшая наибольшее количество очков, побеждает. Можно усложнить игру, если предложить игрокам бежать спиной вперед, боком, приставными шагами или поставить на пути препятствия.
4	<b>Что такое эмоции?</b>	1	Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Практическая работа. Работа со словарём. Игры «Кто больше знает?», «Продолжи предложение». Оздоровительная минутка. Игра «Твоё имя».
5	<b>«День и ночь»</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафета по кругу. Самостоятельные игры Развитие скоростно-силовых способностей. Играющих делят на две команды, которые становятся в две шеренги у средней линии площадки спиной друг к другу на расстоянии 2 м. Одна команда - «день», другая - «ночь». Педагог называет ту или иную команду неожиданно. Если он говорит «ночь», то эта команда убегает, а команда «день» догоняет ее. Затем подсчитывают осаленных, и все игроки становятся на свои места. Очередность вызовов команд не соблюдают, но число вызовов должно быть

				одинаковым. Выигрывает команда, осалившая больше игроков. Исходное положение можно менять: стоя лицом, боком друг к другу и т. д.
6	<b>«Горелки»</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Комбинированная эстафета Развитие скоростно-силовых способностей.
7	<b>Чувства и поступки</b>	1	Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Работа со стихотворением Дж. Родари. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Творческая работа в тетради.
8	<b>«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей.
9	<b>«Удочка», «Аисты»</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие, самостоятельно играть в разученные игры.	Прыжки. Подвижные игры. ». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Развитие скоростно-силовых способностей.
10	<b>Стресс.</b>	1	Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы.	Рассказ учителя. Словарная работа. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Заучивание слов.
11	<b>«Не намочи ног».</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно	Подвижные игры. Эстафета с переноской предметов Развитие скоростно-силовых способностей

			играть в разученные игры.	
12	<b>«Охотники и утки»</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
13	<b>Учимся думать и действовать</b>	1	Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы.	Повторение. Чтение и анализ стихотворений. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Что? Зачем? Как?»
14	<b>«Пчёлки».</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей
15	<b>«Пятнашки», «Кот и мыши».</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей
16	<b>Учимся находить причину и последствия событий</b>	1	Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы.	Игра «Почему это произошло?» Работа с пословицами. Оздоровительная минутка. Игры «Назови возможные последствия», «Что? Зачем? Как?»
17	<b>«Вышибалы».</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Игры по выбору. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
18	<b>«Сильный бросок»</b>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	Дети делятся на команды. Команды стоят в шеренге в 20-30 м. друг от друга. Посередине лежит баскетбольный мяч. Игроки бросают малые мячи в большой и стараются перекатить его на сторону противника. Команда, которой это

				удается, побеждает.
19	<b>Умей выбирать</b>	1	Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы.	Анализ сказки. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Комplимент».
20	<b>«Пустое место»</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Весёлые старты.
21	<b>«Совушка»</b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками Развитие скоростно-силовых способностей
22	<b>Принимаю решение</b>	1	Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы.	Практическая работа по составлению правил. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Психологический тренинг. Работа со стихотворением Б. Заходера «Что красивей всего?»
23	<b>«Подвижная цель»</b>	1	Знать правила поведения во время игр, самостоятельно играть в разученные игры.	Эстафета с мячами, скакалками Развитие скоростно-силовых способностей
24	<b>Перестрелка</b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Играют две команды на площадке не менее 6x12 м. Посредине площадки проводят линию. Параллельно лицевым линиям в 1-1,5 м от них проводят линии «плена», образуя «коридор плена». Команды размещаются на своей половине поля от средней линии до линии плена. Педагог подбрасывает мяч между капитанами на средней линии. Каждый из них старается отбросить мяч своим игрокам. Получив мяч, игрок бросает его в противника.

				Осаненные мячом игроки идут за линию плены к противоположной команде. «Пленный» находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросят ему мяч), после этого он возвращается в свою команду. Пленный должен поймать мяч с воздуха, вернуть мяч в свою команду и только после этого вернуться сам. Играют 10-15 мин. За каждого пленного команда получает очко. Можно играть до тех пор, пока, одна из команд не пересалит всех игроков противника.
25	<b><i>Я отвечаю за своё решение</i></b>	1	Критически относиться к употреблению табака, алкоголя. Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Практическая работа. Анализ ситуации. Оздоровительная минутка. Игры «Что я знаю о себе», «Продолжите предложение».
26	<b><i>«Белые медведи»</i></b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Самостоятельные игры. Площадка представляет собой море. В стороне очерчивается небольшое место - льдина. На ней стоит водящий - "белый медведь". Остальные "медвежата" произвольно размещаются по всей площадке. Медведь" рычит: "Выхожу на ловлю!" - и устремляется ловить "медвежат". Сначала он ловит одного "медвежонка" (отводит на льдину), затем другого. После этого два пойманных "медвежонка" берутся за руки и начинают ловить остальных играющих.

				"Медведь" отходит на льдину. Настигнув кого-нибудь, два "медвежонка" соединяют свободные руки так, чтобы пойманный очутился между руками, и кричат: "Медведь, на помощь!" "Медведь" подбегает, осаливает пойманного и отводит на льдину. Следующие двое пойманных также берутся за руки и ловят "медвежат". Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все "медвежата". Последний пойманный становится "белым медведем". Побеждает последний пойманный игрок. "Медвежонок" не может выскользывать из-под рук окружившей его пары, пока не осалил "медведя". 2. При ловле запрещается хватать играющих за одежду, а убегающим выбегать за границы площадки.
27	<b>«Охотники и утки»</b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры. Играющие в двух командах. «Охотники» образуют круг. Перед ними проводят черту, за которую переступать нельзя. «Утки» произвольно располагаются внутри круга. По сигналу охотники, перебрасывая мяч, стараются неожиданно бросить мячом в уток. Осаленная мячом утка выбывает из игры. Когда все утки осалены, учитель отмечает затраченное время. Затем

				играющие меняются ролями. Выигрывает команда, которая быстрее осалила всех уток.
28	<b><i>Что мы знаем о курении</i></b>	1	Бережно относиться к своему здоровью. Рассуждать о вредном влиянии табака и алкоголя на здоровье и последствия их употребления Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Игра «Волшебный стул». Встреча с медработником. Работа над пословицами. Беседа по сказке. Оздоровительная минутка. Это интересно! Творческая работа.
29	<b><i>«Казаки разбойники»</i></b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.
30	<b><i>«Рыбаки и рыбки»</i></b>	1	Знать правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	Самостоятельные игры.
31	<b><i>Зависимость.</i></b>	1	Бережно относиться к своему здоровью. Рассуждать о вредном влиянии табака и алкоголя на здоровье и последствия их употребления Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Странные вещи». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Это полезно знать! Игра «Давай поговорим».
32	<b><i>«Бросай – беги »</i></b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.
33	<b><i>«Сокол и мыши»</i></b>	1	Знать правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.
34	<b><i>Умей сказать НЕТ</i></b>	1	Бережно относиться к своему здоровью. Рассуждать о вредном	Анализ ситуации. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игры «Давай

			влиянии табака и алкоголя на здоровье и последствия их употребления Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	поговорим», «Что? Зачем? Как?».
35	<b>«Быстрая передача».</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. ». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры.
36	<b>«Мяч среднему», «Мяч соседу»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафета с передачей 1палочки. Самостоятельные игры
37	<b>Как сказать НЕТ</b>	1	Бережно относиться к своему здоровью. Рассуждать о вредном влиянии табака и алкоголя на здоровье и последствия их употребления Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Игра «Зеркало и обезьяна». Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Продолжите предложение». Толкование пословиц. Психологический тренинг.
38	<b>«Зайцы, сторож и Жучка»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. Эстафета «Паровозик».
39	<b>«Снайперы».</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Комбинированная эстафета. Игры по выбору Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
40	<b>Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ?</b>	1	Бережно относиться к своему здоровью. Рассуждать о вредном влиянии табака и алкоголя на здоровье	Работа со стихотворением А. Костецкого «Я всё люблю, что есть на свете...» Игра «Комplимент».

			и последствия их употребления Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Оздоровительная минутка. Рассказ учителя. Работа с плакатом «Дерево решений». Практическая работа.
41	<b>«Играй, мяч не теряй»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
42	<b>«Запрещённое движение» .</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
43	<b>Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения</b>	1	Критически относиться к употреблению табака, алкоголя. Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Анализ ситуации. Игра «Выбери правильный ответ». Оздоровительная минутка. Работа с деревом решений. Творческая работа.
44	<b>Перестрелка</b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Играют две команды на площадке не менее 6x12 м. Посредине площадки проводят линию. Параллельно лицевым линиям в 1-1,5 м от них проводят линии «плена», образуя «коридор плены». Команды размещаются на своей половине поля от средней линии до линии плены. Педагог подбрасывает мяч между капитанами на средней линии. Каждый из них старается отбросить мяч своим игрокам. Получив мяч, игрок бросает его в противника. Осаленные мячом игроки идут за линию плены к противоположной команде. «Пленный» находится там до тех пор,

				пока его не выручат свои игроки (перебросят ему мяч), после этого он возвращается в свою команду. Пленный должен поймать мяч с воздуха, вернуть мяч в свою команду и только после этого вернуться сам. Играют 10-15 мин. За каждого пленного команда получает очко. Можно играть до тех пор, пока, одна из команд не пересалит всех игроков противника.
45	<i>«Караси и щука»</i>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	<p>На одной стороне площадки находятся "караси", на середине "щука". Содержание игры. По сигналу "караси" перебегают на другую сторону. "Щука" ловит их. Пойманные "караси" (четыре-пять) берутся за руки и, встав поперёк площадки, образуют сеть. Теперь "караси" должны перебегать на другую сторону площадки через сеть (под руками). "Щука" стоит за сетью и подстерегает их. Когда пойманных "карасей" будет восемь-девять, они образуют корзины - круги, через которые нужно пробегать. Такая корзина может быть и одна, тогда её изображают, взявшись за руки, 15-18 участников. "Щука" занимает место перед корзиной и ловит "карасей". Когда пойманных "карасей" станет больше, чем непойманных, играющие образуют верши - коридор из пойманных карасей, через который</p>

					пробегают непойманные. "Щука", Находящаяся у выхода из верши, ловит их. Победителем считается тот, кто остался последним. Ему и поручают роль новой "щуки". Игра начинается по сигналу руководителя. Все "караси" обязаны при перебежке пройти сеть, корзину и верши. Стоящие не имеют права задерживать их. Игрошки, образующие корзину, могут поймать "щуку", если им удастся закинуть сплетенные руки за спину "щуки" и загнать её в корзину или захлопнуть верши. В этом случае все "караси" отпускаются, и выбирается новая "щука".
46	<b><i>Волевое поведение</i></b>	1	Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы	и	Рассказ учителя. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Игра «Сокровища сердца». Психологический тренинг.
47	<b><i>«Кто подходил ?»</i></b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.		Все играющие образуют круг, водящий с завязанными глазами стоит в центре. Руководитель указывает на кого-либо из играющих, и тот подходит к водящему, слегка дотрагивается до его плеча, подаёт голос какого-либо животного или называет его по имени, изменив свой голос. Водящий открывает глаза по указанию руководителя, когда подходивший займет свое место. Он должен отгадать, кто к нему подходил. В случае, если

				водящий отгадал того, кто к нему подходил, игроки меняются ролями. Побеждает тот, кто ни разу не был водящим. Водящий не должен раньше времени открывать глаза. 2. Голос подаёт только тот, на кого укажет руководитель. 3. Первый водящий не считается проигравшим.
48	<i>«Круговая охота»</i>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Игроки, распределенные на две команды, образуют два круга - внешний и внутренний. По сигналу педагога игроки начинают двигаться приставными шагами или скачками в разные стороны. По второму сигналу игроки внешнего 1 круга разбегаются, а игроки внутреннего круга стараются их поймать.
49	<i>Алкоголь.</i>	1	Критически относиться к употреблению табака, алкоголя. Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Встреча с медработником. Коллективное рисование. Это интересно! Оздоровительная минутка. Игра «Беседа по кругу». Это полезно помнить!
50	<i>«Большой мяч»</i>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Но он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадет в круг, играющие опять поворачиваются лицом

				друг к другу, а в середину встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется. Играющие не берут в руки мяч, они перекатывают его ногами.
51	<b>«Шлепанки»</b>	1	Активно включаться в общение.	Играющие встают в круг лицом к центру на расстоянии одного шага один от другого. Выбирается водящий. Он выходит в центр круга. Называет по имени одного из детей, бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Играющий, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлепает ладонью). Число отбиваний перебрасывается водящему, и игра продолжается, пока кто-то из играющих не уронит мяч. В этом случае игра начинается сначала. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего. Играющий встает на место водящего только в том случае, если он поднял мяч с земли.
52	<b>Алкоголь – ошибка</b>	1	Критически относиться к употреблению табака, алкоголя. Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Работа над стихотворением. Анализ ситуации в басне С.Михалкова «Непьющий воробей». Игра «Выбери ответ». Оздоровительная минутка. Это полезно помнить! Психологический тренинг.
53	<b>«Паровозик»</b>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Направляющий обегает стойку, возвращается и, взяв за руку партнера, повторяет упражнение. Вернувшись, они берут третьего и т. д., пока не пробежит дистанцию вся команда. Побеждает команда, первая

				закончившая передвижение.
54	<i>«Гонка мячей по кругу»</i>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками	Две команды играющих образуют два круга. Игроки в кругу становятся на расстоянии вытянутых рук и рассчитываются на первые и вторые номера. Первые номера - одна команда, вторые - другая. Назначаются капитаны, им дают по мячу. По сигналу один капитан начинает передавать мяч вправо, другой влево от себя своим ближайшим игрокам. Мячи передают по кругу, пока они не возвращаются к капитанам. Выигрывает команда, закончившая передачу первой
55	<i>Алкоголь – сделай выбор.</i>	1	Критически относиться к употреблению табака, алкоголя. Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Беседа по теме. Игра «Список проблем». Оздоровительная минутка. Творческая работа с деревом решений. Психологический тренинг.
56	<i>«Перестрелка»</i>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Играют две команды на площадке не менее 6x12 м. Посредине площадки проводят линию. Параллельно лицевым линиям в 1-1,5 м от них проводят линии «плена», образуя «коридор плена». Команды размещаются на своей половине поля от средней линии до линии плена. Педагог подбрасывает мяч между капитанами на средней линии. Каждый из них старается отбросить мяч своим игрокам. Получив мяч, игрок бросает его в противника.

				Осаленные мячом игроки идут за линию плены к противоположной команде. «Пленный» находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросят ему мяч), после этого он возвращается в свою команду. Пленный должен поймать мяч с воздуха, вернуть мяч в свою команду и только после этого вернуться сам. Играют 10-15 мин. За каждого пленного команда получает очко. Можно играть до тех пор, пока, одна из команд не пересалит всех игроков противника.
57	<b>«Гонка мячей по рядам»</b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Все играющие в двух шеренгах, стоящих лицом друг к другу. Первые игроки в шеренгах (с одной стороны) по сигналу передают мячи своим соседям, а те дальше. Последние игроки в шеренгах, получив мячи, бегут и становятся впереди своих шеренг, затем начинают передавать мяч своим соседям и т. д. Когда игроки, начинавшие гонку мячей, окажутся снова на своем месте, они поднимают мяч вверх. Команда, сделавшая это раньше, побеждает.
58	<b>Наркотик.</b>	1	Критически относиться к употреблению наркотиков.	Анализ ситуации. Рассказ учителя. Встреча с медработником. Оздоровительная минутка. Правила безопасности. Творческая работа. Игра «Давай поговорим».
59	<b>«Не давай мяча водящему»</b>	1	Знать правила поведения при играх,	Все играющие образуют круг, В середине круга

			самостоятельно играть в разученные игры.	два-три водящих. Игроки начинают передавать мяч друг другу, а водящие пытаются перехватить его. Если одному из них это удается, то водящим становится игрок, делавший последнюю передачу.
60	<i>«Бросай-беги»</i>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Играющие стоят в двух разомкнутых на 3-4 шага шеренгах. Одна шеренга рассчитывается на первый-второй, а другая - на второй-первый. Первые номера - одна команда, вторые - другая. У края каждой шеренги лежат мячи. По сигналу крайние игроки берут мяч, передают его по диагонали игроку своей команды, стоящему напротив, и сами бегут вслед за мячом. Игрок, получивший мяч передает его по диагонали игроку, стоящему напротив, и сам бежит на его место и т. д. Когда мяч достигнет крайних игроков, они ведут мяч, обегая противоположную колонну, на место игрока, начавшего передачу первым, и передают мяч по диагонали напротив, т. е. игра начинается сначала. Игра заканчивается, когда игроки, начавшие передачу первыми, вернутся на свои места. Команда, сделавшая это первой, побеждает.
61	<i>Наркотик – тренинг безопасного поведения.</i>	1	Критически относиться к употреблению наркотиков.	Игра «Пирамида». Повторение правил. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Игра «Давай поговорим». Психологический тренинг.

62	<b>«Передал - садись».</b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Играющих выстраивают в две-три колонны. Перед ними на расстоянии 2-4 м встают капитаны с мячами в руках. По сигналу капитаны передают мяч двумя руками от груди (или одной рукой от плеча): первым игрокам в колонне, которые ловят его, возвращают тем же способом обратно и принимают положение упора присев. Затем следуют передачи вторым игрокам и т. д. Когда последний в колонне передает мяч капитану, тот поднимает его вверх и вся команда быстро встает. Команда, сделавшая это раньше, побеждает.
63	<b>«Быстрая передача».</b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Играющие в парах. Расстояние между учащимися 4-5 м. По сигналу они начинают передавать мяч заданным способом. Пара, быстрее всех сделавшая 15-20 передач, выигрывает.
64	<b>Мальчишки и девчонки.</b>	1	Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Беседа по теме. Игра «Противоположности». Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Если был бы я девчонкой...» Творческая работа.
65	<b>«Команда быстроногих».</b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры	Играющие образуют четыре команды, стоящие в колоннах по одному перед линией старта. В 10-15 м от линии старта чертят кружки, в которые кладутся кубики. По сигналу педагога первые четверо бегут к кубикам, берут их, ударяют о пол и возвращаются на свое место. Игрок, прибежавший первым,

				получает 4 очка, вторым - 3 очка, третьим - 2 очка и четвертым - одно очко. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.
66	<i>«Пустое место».</i>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Играющих выстраивают в круг, руки за спиной. Водящий бежит за кругом и дотрагивается до руки одного из играющих. Игрок, до которого дотронулся водящий, бежит в обратную сторону, стремясь быстрее водящего занять свое место. Кто из бегущих останется без места, тот и становится водящим.
67	<i>Моя семья.</i>	1	Анализировать ситуацию. Работать в парах, группах	Защита рисунков. Анализ ситуации в рассказе К.Д.Ушинского «Сила не право». Оздоровительная минутка. Чтение и анализ стихотворения. Игра «Продолжи предложение».
68	<i>«Платок»</i>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все играющие встают в круг. Ведущий обегает за кругом 3 раза и бросает платок за одним из игроков. Этот игрок в свою очередь должен быстро поднять платок и погнаться за ведущим, чтобы постараться накинуть платок ему на шею, пока ведущий не успел обежать круг 3 раза. Если ведущий успевает обежать круг, он снова водит, если нет, игроки меняются местами.
69	<i>«Белки, шишки и орехи»</i>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все ребята встают, взявшись за руки, по три человека, образуя беличье гнездо. Между собой они договариваются, кто будет белкой, кто - орехом, кто - шишкой. Водящий стоит в середине площадки. Учитель кричит « белки», все белки оставляют свои гнезда и перебегают в другие. В это время

				водящий занимает свободное место в любом гнезде, становясь белкой. Тот, кому не хватило места в гнездах, становится водящим. Если учитель говорит «орехи», то местами меняются орехи и водящий, занявший место в гнезде, который становится орехом. Учителем может быть подана команда: белки-шишки-орехи, и тогда меняются местами сразу все.
70	<i>Дружба.</i>	1	Работать в парах и группах. Принимать участие в ролевой игре. Отгадывать загадки. Инсценировать отрывок из произведения. Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы. Проводить физминутки.	Игровое занятие с любимыми героями. Развыгрывание ситуаций.
71	<i>«Увернись от мяча»</i>	1	Активно включаться в общение.	На площадке на расстоянии 10-15 м. чертится две линии. Игроки одной команды встают за этими линиями, игроки другой – посередине. Находящиеся в середине игроки стараются увернуться и не дать попасть в себя мячом игрокам другой команды. Игрок, в которого попал мяч, выбывает из игры. Когда все игроки из середины выбиты, то команды меняются ролями. Побеждает та команда, которая быстрее выбьет соперников.
72	<i>«Второй лишний»</i>	1	Проявлять дисциплинированность	Все желающие играть образуют круг. С внешней

			ь и упорство в достижении поставленных целей.	стороны круга остаются двое: один водит, другой от него убегает. Когда водящий догонит и «осалит» убегающего игрока, они меняются ролями.
73	<i>День здоровья.</i>	1	Работать в парах и группах. Принимать участие в ролевой игре. Отгадывать загадки. Инсценировать отрывок из произведения. Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы. Проводить физминутки.	Открытие праздника. Игры и соревнования.
74	<i>«На одной ноге»</i>	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	Прыгая на одной ноге, второй ногой постарайтесь прокатить мяч вокруг стола, кресла или провести его по извилистой дорожке: обогнуть расставленные в комнате стулья, кегли или другие предметы – один слева, другой справа. Мяч не должен касаться этих предметов.
75	<i>«Петушиный бой»</i>	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	Дети перестраиваются в две шеренги. Играющие стоят на линии лицом друг к другу. По сигналу они, передвигаясь на одной ноге, руки за спиной, стараются вытолкнуть соперника за контрольную линию. Подсчитывается количество вытолкнутых, и выигрывает команда, у которой было больше побед.
76	<i>Умеем ли мы правильно питаться?</i>	1	Работать в парах и группах. Принимать участие в ролевой игре. Отгадывать загадки.	Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». Это интересно! Отгадывание загадок. Оздоровительная минутка «Вершки и

			Инсценировать отрывок произведения. Оценивать себя и товарища. Анализировать делать выводы. Проводить физминутки.	из корешки». Инсценировка «Спор овощей». Игра «Какие овощи выросли в огороде?» Встреча с Доктором Айболитом.
77	<i>«Перестрелка»</i>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Играют две команды на площадке не менее 6x12 м. Посредине площадки проводят линию. Параллельно лицевым линиям в 1-1,5 м от них проводят линии «плена», образуя «коридор плена». Команды размещаются на своей половине поля от средней линии до линии плена. Педагог подбрасывает мяч между капитанами на средней линии. Каждый из них старается отбросить мяч своим игрокам. Получив мяч, игрок бросает его в противника. Осаленные мячом игроки идут за линию плена к противоположной команде. «Пленный» находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросят ему мяч), после этого он возвращается в свою команду. Пленный должен поймать мяч с воздуха, вернуть мяч в свою команду и только после этого вернуться сам. Играют 10-15 мин. За каждого пленного команда получает очко. Можно играть до тех пор, пока, одна из команд не пересалит всех игроков противника.
78	<i>«Успевай, не зевай»</i>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе,	Дети идут в колоне по одному. Учитель дает

			эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	заранее обговоренные сигналы – звуковые (хлопок ладонями). Например: когда ведущий хлопает в ладоши один раз, то дети бегут, когда хлопает два раза – дети садятся, когда три – дети идут.
79	<b><i>Я выбираю кашу.</i></b>	1	Работать в парах и группах. Принимать участие в ролевой игре. Отгадывать загадки. Инсценировать отрывок из произведения. Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы. Проводить физминутки.	Игра «Пословицы запутались». Это интересно! Игры «Отгадай - ка», «Затейники». Оздоровительная минутка «Зёрнышко». Конкурс «Самая вкусная и полезная каша» Игра «Угадай сказку».
80	<b><i>«Вышибалы».</i></b>	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры.	Подвижные игры. Игры по выбору. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
81	<b><i>«Сильный бросок»</i></b>	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	Дети делятся на команды. Команды стоят в шеренге в 20-30 м. друг от друга. Посередине лежит баскетбольный мяч. Игроки бросают малые мячи в большой и стараются перекатить его на сторону противника. Команда, которой это удается, побеждает.
82	<b><i>Чистота и здоровье</i></b>	1	Работать в парах и группах. Принимать участие в ролевой игре. Отгадывать загадки. Инсценировать отрывок из произведения. Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы. Проводить	Праздник чистоты с Мойдодыром. Инсценировка. Игра «Три движения».

			физминутки.	
83	«Третий лишний»	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Все становятся парами в круг. Двое водящих - в стороне. По команде учителя один убегает, другой догоняет. Убегающий подбегает к какой-нибудь паре и берет одного под руку. Тот кто остался без пары начинает убегать. И так до тех пор, пока кого-то не поймают.
84	«Ворота»	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «ворота». Остальные дети встают друг за другом и к берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под воротами. «Ворота» произносят: Наши ворота Пропускают не всегда! Первый раз прощается, Второй запрещается, А на третий раз Не пропустим вас! После этих слов «ворота» резко опускают руки, и те дети, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротами». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается. Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами».
85	<i>Откуда берутся грязнули?</i>	1	Работать в парах и группах. Принимать участие в ролевой игре. Отгадывать загадки. Инсценировать отрывок из произведения. Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы. Проводить физминутки.	Остановка на станции «Грязнулька». Анализ ситуаций в стихотворении Л.Яхнина «Жил на свете мальчик странный...», Э.Успенского «Очень страшная история». Это полезно помнить! Работа со стихотворением.
86	«Мяч»	1	Уметь выполнять бег	Все играющие образуют

			<p>в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом</p>	<p>круг. Двое играющих становятся в середину круга. Стоящие по кругу опускаются на одно или два колена. У них один волейбольный мяч. Водящие поворачиваются лицом к мячу.</p> <p>По сигналу руководителя играющие начинают перекатывать мяч по полу, стараясь задеть им ноги водящих. Водящие бегают от мяча в кругу, подпрыгивают, спасаясь от него. Если кому-нибудь из играющих удастся попасть мячом в ноги водящего, он занимает его место, а бывший водящий становится в круг.</p> <p>Выигрывают те, кто ни разу не были водящими. Первые водящие не считаются проигравшими. Игра начинается по сигналу. Осаненный по ногам водящий сразу же идет на место осалившего его. Осаливать можно не выше коленей. Первый водящий не считается проигравшим.</p>
87	<b>«Встречная эстафета»</b>	1	<p>Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом</p>	<p>Играющих делят на две равные команды и выстраивают в колонны. Колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м (можно и больше). Перед всеми группами проводят стартовые линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флагжку. По сигналу педагога игроки с флагжками бегут к противоположной группе, отдают впередистоящим флагжки, а сами становятся</p>

				сзади этой половины команды. То же делают игроки, получившие флагки. Игра заканчивается, когда последний из перебегающих игроков какой-либо из команд передает флагок начавшему эстафету игроку. Побеждает команда, закончившая передачу флагков раньше.
88	<b><i>Чистота и порядок</i></b>	1	Работать в парах и группах. Принимать участие в ролевой игре. Отгадывать загадки. Инсценировать отрывок из произведения. Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы. Проводить физминутки.	Работа с пословицами и поговорками. Игра «Угадай». Оздоровительная минутка. Работа со стихотворениями.
89	<b><i>«Вороны и воробы»</i></b>	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	На линиях в 3 – 5 м. друг от друга команды располагаются шеренгами спиной друг к другу. Одна команда – «Вороны», другая – «Воробы». По сигналу «вороны» одноименная команда убегает, а другая старается догнать и «осалить» убегающих до определенной отметки. Побеждает команда, «осалившая» большее число игроков другой команды.
90	<b><i>«Ловушки - перебежки»</i></b>	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	По обеим сторонам площадки проводятся две черты. Группа детей становится на каждой стороне площадки за чертой. На середине между двумя линиями находится ребенок – ловушка. После слов: «Раз,

				два, три – лови!» - дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит их. Тот, до кого ловишка дотронется, выбывает из игры. После 2 перебежек производится подсчет пойманных и выбирают новых ловишек.
91	<i>Будем делать хорошо и не будем плохо</i>	1	<p>Работать в парах и группах.</p> <p>Принимать участие в ролевой игре.</p> <p>Отгадывать загадки.</p> <p>Инсценировать отрывок из произведения.</p> <p>Оценивать себя и товарища.</p> <p>Анализировать и делать выводы.</p> <p>Проводить физминутки.</p>	<p>Беседа по теме. Работа с пословицами.</p> <p>Высказывания о доброте. Оздоровительная минутка.</p> <p>Игра «Кто больше знает?»</p> <p>Это интересно! Чтение и анализ стихотворений.</p>
92	<i>«Перестрелка»</i>	1	<p>Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.</p>	<p>Играют две команды на площадке не менее 6x12 м. Посредине площадки проводят линию. Параллельно лицевым линиям в 1-1,5 м от них проводят линии «плена», образуя «коридор плена». Команды размещаются на своей половине поля от средней линии до линии плена. Педагог подбрасывает мяч между капитанами на средней линии. Каждый из них старается отбросить мяч своим игрокам. Получив мяч, игрок бросает его в противника. Осаленные мячом игроки идут за линию плена к противоположной команде. «Пленный» находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросят ему мяч), после этого он возвращается в свою команду. Пленный должен</p>

				поймать мяч с воздуха, вернуть мяч в свою команду и только после этого вернуться сам. Играют 10-15 мин. За каждого пленного команда получает очко. Можно играть до тех пор, пока, одна из команд не пересалит всех игроков противника.
93	<b>«Кто подходил ?»</b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	<p>Все играющие образуют круг, водящий с завязанными глазами стоит в центре.</p> <p>Руководитель указывает на кого-либо из играющих, и тот подходит к водящему, слегка дотрагивается до его плеча, подаёт голос какого-либо животного или называет его по имени, изменив свой голос.</p> <p>Водящий открывает глаза по указанию руководителя, когда подходивший займет свое место. Он должен отгадать, кто к нему подходил. В случае, если водящий отгадал того, кто к нему подходил, игроки меняются ролями.</p> <p>Побеждает тот, кто ни разу не был водящим.</p> <p>Водящий не должен раньше времени открывать глаза.</p> <p>2. Голос подаёт только тот, на кого укажет руководитель.</p> <p>3. Первый водящий не считается проигравшим.</p>
94	<b>KBH</b> <b>«Наше здоровье»</b>	1	Работать в парах и группах. Принимать участие в ролевой игре. Отгадывать загадки. Инсценировать отрывок из произведения.	

			Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы.	
95	<b>«Быстрая передача».</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. ». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры.
96	<b>«Мяч среднему», «Мяч соседу»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафета с передачей 1палочки. Самостоятельные игры
97	<b>Я здоровье берегу – сам себе я помогу (урок-праздник)</b>	1	Работать в парах и группах. Принимать участие в ролевой игре. Отгадывать загадки. Инсценировать отрывок из произведения. Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы. Проводить физминутки.	Урок-праздник.
98	<b>«Мишень»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Выберите себе мишень – нарисуйте на бумаге и прикрепите, или просто пометьте мелом на заборе или другой поверхности. Снежки можно изготовить на уроках художественного труда из фольги. Чья команда большее количество раз попадет в мишень.
99	<b>«С кочки на кочку»</b>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	Учитель чертит на снегу круги диаметром 30-40 сантиметров. Расстояние между кругами - 40-50 сантиметров. Ребенку нужно прыгать с кочки на кочку (то есть из круга в круг), стараясь побыстрее перебраться с первой кочки

				на последнюю. Отталкиваться надо обязательно обеими ногами: присесть, согнув ноги в коленях, затем прыжок.
100	<b><i>Будем здоровы.</i></b>	1	Работать в парах и группах. Принимать участие в ролевой игре. Отгадывать загадки. Инсценировать отрывок из произведения. Оценивать себя и товарища. Анализировать и делать выводы. Проводить физминутки.	Посещение медицинского кабинета. Игра «Письма». Практическая работа «Выпуск стенной газеты».
101	<b><i>«Перестрелка»</i></b>	1	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	Играют две команды на площадке не менее 6x12 м. Посредине площадки проводят линию. Параллельно лицевым линиям в 1-1,5 м от них проводят линии «плена», образуя «коридор плена». Команды размещаются на своей половине поля от средней линии до линии плена. Педагог подбрасывает мяч между капитанами на средней линии. Каждый из них старается отбросить мяч своим игрокам. Получив мяч, игрок бросает его в противника. Осаленные мячом игроки идут за линию плена к противоположной команде. «Пленный» находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросят ему мяч), после этого он возвращается в свою команду. Пленный должен поймать мяч с воздуха, вернуть мяч в свою команду и только после этого вернуться сам.

				Играют 10-15 мин. За каждого пленного команда получает очко. Можно играть до тех пор, пока, одна из команд не пересалит всех игроков противника.
102	<i>«Весёлые старты. !</i>	1	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.

**Итого: 102 ч**

### **Ожидаемые результаты.**

<b>Личностные</b>	<b>Регулятивные</b>	<b>Познавательные</b>	<b>Коммуникативные</b>
<p>Осознавать себя гражданином России и частью многогранного изменяющегося мира, в том числе объяснять, что связывает тебя с твоими близкими, одноклассниками, друзьями.</p> <p>Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.</p> <p>Формулировать самому простые правила поведения в природе.</p> <p>Испытывать чувство гордости за красоту родной природы.</p> <p>Вырабатывать в противоречивых жизненных ситуациях правила</p>	<p>Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.</p> <p>Составлять план выполнения задач.</p> <p>Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки с помощью учителя.</p> <p>Составлять и отбирать информацию, полученную из различных источников</p>	<p>Предполагать, какая информация необходима.</p> <p>Самостоятельно отбирать для решения учебных задач, необходимые словари, справочники, энциклопедии.</p> <p>Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников</p>	<p>Оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных ситуаций.</p> <p>При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её.</p> <p>Учиться подтверждать аргументы фактами.</p> <p>Организовывать учебное взаимодействие в группе.</p>

поведения.			
------------	--	--	--

### **Литература, использованная при подготовке программы**

- 1 Евдокимова Т.А., Клубкова Е.Ю., Дидур М.Д. Фитбол-гимнастика в оздоровлении организма. Методическое руководство для специалистов ЛФК и фитнес-центров. СПб, 2000.
- 2 Ермакова И.А. Психологические игры и упражнения. СПб: КОРОНА-принт, 2006.
- 3 Ермакова И.А. Развивающие игры и упражнения. СПб: КОРОНА-принт, 2006.
- 4 Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твое здоровье. Укрепление организма. СПб: Детство-пресс, 2000.
- 5 Иванов М.С. Лечебная физкультура при заболеваниях в детском возрасте. М., 1975.
- 6 Красикова И.С. Плоскостопие у детей. Профилактика и лечение. Корона принт, СПб, 2003.
- 7 Лаптев А.К. Тайна пирамиды здоровья. СПб: РЕТРОС, 1998.
- 8 Никитин С.Е., Тришин Т.В. Здоровье и красота вашей осанки. М.: Сов.Спорт, 2002.
- 9 Обухова Л.А, Лемяскина Н.А. Тридцать уроков здоровья для первоклассников. Методическое пособие. М.: ТЦ Сфера, 1999.
- 10 Онучин Н.А. Дыхательная гимнастика для детей. М., СПб: АСТ, Сова, 2005.
- 11 Останко Л.В. Сто веселых упражнений для детей. СПб: Корона принт, 2005.
- 12 Потанчук А.А., Спирина И.Ю. Осанка детей. СПб: Комета, 1994.
- 13 Соколов П.П. Физкультура против недуга. Гипотонию можно одолеть. М.: Сов. Спорт, 1989.
- 14 Смирнов И. Восстановление и профилактика зрения у детей и взрослых. М.: Центрполиграф, 2004.
- 15 Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: Аркти, 2003.
- 16 Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет. Ярославль: Академия Развития, 2003.
- 17 Трищак Е. Энциклопедия массажа от А до Я. М.: Ринол, 2003.
- 18 Хухлаева О.В. Лесенка радости. Коррекция негативных личностных отклонений в дошкольном и младшем школьном возрасте. Методическое пособие для психологов детского сада и начальной школы. М., 1998.
- 19 Энциклопедический справочник. Здоровье детей. М.: Русское энциклопедическое товарищество, 2004.

### **Источники, используемые для подготовки и проведения занятий**

1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.-2002.-№5.-с.54.

- Асвинова Т.Ф., Литвиненко Е.И. Программа школьной валеологии - реальный путь первичной профилактики.-2003.
2. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.
3. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
4. Герасименко Н. П. Помоги сам себе.-2001.
5. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
6. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования. - М.: 2004.
- 7 Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
8. Гостюшин А.В. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
9. Зайцев Г.К. Уроки Айболита.- СПб.,-1997., Уроки Мойдодыра.- СПб.,-1996., Твои первые уроки здоровья – СПб., 1995.
10. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. СПб., 1998.
11. Гринченко И.С. Игра в теории, обучении, воспитании и коррекционной работе.- М., 2002.
12. Лаптев А.К. Тайны пирамиды здоровья.- СПб., 1995.
13. Латохина Л.И. Творим здоровье души и тела. – СПб., 1997
14. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников/ Под ред. М.М.Безруких - СПб., 1999.
15. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
16. Сизанова А.И. и др. Безопасное и ответственное поведение: Цикл бесед, практических и тренинговых занятий с учащимися . Мн.: «Тесей», 1998.
17. Соковня-Семёнова Н.Н. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь- М.,1997
18. Татарникова Л.Г. , ЗахаревичН.Б., Калинина Т.Н. Валеология. Основы безопасности ребёнка – СПб., 1997
19. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как я расту: советы психолога родителям. - М., 1996.
20. Энциклопедический словарь юного биолога /Сост. М.Е.Аспиз. – М., 1986.
21. Энциклопедический словарь юного спортсмена /Сост. И.Ю, Сосновский, А.М. Чайковский – М., 1980
- 22 Обухова «Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы».-М., ВАКО 2007г.
23. Т.И. Линго «Игры, ребусы, загадки для младших школьников»/ Ярославль, «Академия развития» 1998г
24. Л.В. Былеев, Сборник подвижных игр. – М., 1990.
25. С. Глязер, Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
26. М.Н. Жуков, Подвижные игры. – М., 2000
27. М.Н .Железняк, Спортивные игры. – М., 2001
28. М.Ф. Литвинов, Русские народные подвижные игры. – М., 1986
29. В.И.Ковалько —Поурочные разработки по физкультуре// ВАКО, Москва, 2003/
30. Е.А.Каралашвили —Физкультурная минутка .Динамические упражнения для детей 6-10 лет. /Творческий центр —Сфера//Москва, 2002/

#### *Материально-техническое обеспечение*

<i>Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения</i>	<i>Информационно-коммуникационные средства</i>
Персональный компьютер Мультимедийный проектор Доска магнитно-маркерная антибликовым покрытием	Цифровые образовательные ресурсы <a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>