

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Кировской области**

**Департамент образования**

**МБОУ СОШ № 59 г. Кирова**

**СОГЛАСОВАНО**

**Педсовет №1**

Приказ № 1 от «29» 08.2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

**Директор**

\_\_\_\_\_

Булдакова Н.В.

Приказ № 99 о/д от «02» 09.2024 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности**

**«Час здоровья» для 1-4 классов**

2024 г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Час здоровья» с элементами подвижных игр народов мира (спортивно-оздоровительного направления) составлена в соответствии с ФГОС 1-4 класс.

## **1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **Личностные результаты.**

Личностные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### **Метапредметные результаты.**

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

6) использование знаково-символических средств представления информации для

создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;

7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

**В результате занятий внеурочной деятельности «Час здоровья» для 1-4 классов**

**Ученик научится :**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми ;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
- организовать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знания об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований
- в доступной форме объяснять правила выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере
- знакомство с обычаями и традициями народом мира.

**Ученик получит возможность научиться:**

-В играх с элементами лёгкой атлетики ученик овладеет навыками бега, ходьбы, прыжков, метания, развивают такие качества, как быстроту реакции, скоростно-силовые и координационные способности, ловкость, выносливость. Игры этой направленности укрепляют сердечно-сосудистую и дыхательную системы.

-В играх с мячом ученик овладеет навыками ловли и передачи мяча, развивать скоростно-силовые и координационные способности, ловкость выносливость, способы взаимодействия в команде.

-В играх для развития гимнастических навыков ученик закрепит элементы акробатических упражнений, навыков лазания и перелезания; развивают силу, выносливость, координацию.

-В эстафетах с предметами: со скакалками, с гимнастическими палками, с флажками, с обручем, с эстафетными палочками, с теннисными мячами, ученик разовьет все физические качества, укрепит здоровье, будет совершенствовать двигательные умения и навыки

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.**

Подвижные и спортивные игры естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра - ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий. Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально-волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

### **Формы внеурочной деятельности:**

- практические занятия, с сочетанием теоретического компонента
- навыки дискуссионного общения;
- спортивные соревнования;
- подвижные игры

### **Место курса в учебном плане**

- Программа рассчитана на учащихся 1-4 классов. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут. В 1 классе – 33 часа, во 2 – 4 классах – 34 часа.

### 3. Тематическое планирование с указанием количества часов 1-4 класс.

#### Воспитательные задачи:

1. Создание условий для самореализации обучающихся через организацию внеурочной деятельности.
2. Создание безопасных условий для осуществления учебно-воспитательного процесса.
3. Приобретение опыта совместной творческой деятельности, развитие коммуникативных навыков и усвоение социальных норм.

№ п/п	Название раздела, темы	1 класс	2 – 4 класс
1.	Основы физической культуры и здорового образа жизни.	Во время проведения по разделу 3	Во время проведения по разделу 3
2.	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Во время проведения по разделу 3	Во время проведения по разделу 3
3.	Спортивно-оздоровительная деятельность - игры на знакомство, - народные игры, - игры на развитие психических процессов, - подвижные игры.	34	34
4	Всего	34 часа	34 часа

1 класс

№ п/п	Тематика занятий	Дата	
		план	факт
1	Инструктаж по ТБ. Полезные привычки. Режим дня школьника. Ознакомление с особенностями русских народных игр. Проведение и разучивание игр: «Гуси-лебеди», «Жмурки», «У медведя во бору» <a href="http://71.rospotrebnadzor.ru/content/590/97460/">http://71.rospotrebnadzor.ru/content/590/97460/</a>		
2	Уточнение понятий «здоровый образ жизни». Изучение приёмов закаливания . Совершенствование разученных русских народных игр: «Гуси-лебеди», «Жмурки», «У медведя во бору» <a href="http://cgie.62.rospotrebnadzor.ru/info/zdorovii-obraz-jizni/145660/">http://cgie.62.rospotrebnadzor.ru/info/zdorovii-obraz-jizni/145660/</a>		
3	Поговорим о правилах этикета Как правильно есть. Режим питания. Знакомство с русскими народными играми: «Ляпки» , «Заря» <a href="http://cgon.rospotrebnadzor.ru/content/62/3224/">http://cgon.rospotrebnadzor.ru/content/62/3224/</a>		
4	Совершенствование разученных русских народных игр: «Ляпки» , «Заря» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=05G5ZGRaMpQ&amp;feature=emb">https://www.youtube.com/watch?v=05G5ZGRaMpQ&amp;feature=emb</a>		
5	Закрепление разученных русских народных игр. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=GmrIfl6xeqk&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=GmrIfl6xeqk&amp;feature=emb_logo</a>		
6	Ознакомление с особенностями башкирских народных игр. Проведение и разучивание игр: «Липкие пеньки», «Табун», «Волк и ягнята». <a href="https://www.youtube.com/watch?v=am204Kfz4ME&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=am204Kfz4ME&amp;feature=emb_logo</a>		
7	Совершенствование разученных башкирских народных игр: «Липкие пеньки», «Табун», «Волк и ягнята». <a href="https://www.youtube.com/watch?v=6N8kwV8H9bY&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=6N8kwV8H9bY&amp;feature=emb_logo</a>		
8	Знакомство с играми с незначительной психофизической нагрузкой: «Чья лошадка быстрее», «Почтальон» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=jPIZCCPQI9w&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=jPIZCCPQI9w&amp;feature=emb_logo</a>		
9	Закрепление и совершенствование игр с незначительной психофизической нагрузкой: «Чья лошадка быстрее», «Почтальон» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=jPIZCCPQI9w&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=jPIZCCPQI9w&amp;feature=emb_logo</a>		
10	Знакомство с особенностями карельских народных игр: «Мяч», «Стой, олень!» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=NEvTyexnaDY&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=NEvTyexnaDY&amp;feature=emb_logo</a> <a href="https://vk.com/video-147488790_456239025">https://vk.com/video-147488790_456239025</a>		

11	Закрепление и совершенствование разученных карельских народных игр: «Мяч», «Стой, олень!» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=NEvTyexnaDY&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=NEvTyexnaDY&amp;feature=emb_logo</a> <a href="https://vk.com/video-147488790_456239025">https://vk.com/video-147488790_456239025</a>		
12	Знакомство с особенностями марийской народной игры: «Биляша». <a href="https://ok.ru/video/2105339546165">https://ok.ru/video/2105339546165</a>		
13	Закрепление и совершенствование разученной марийской народной игры: «Биляша» <a href="https://ok.ru/video/2105339546165">https://ok.ru/video/2105339546165</a>		
14	Знакомство с особенностями осетинских народных игр: «Перетягивание», «Борьба за флажки», «Жмурки». <a href="https://www.youtube.com/watch?v=NmAgpAiBOuw&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=NmAgpAiBOuw&amp;feature=emb_logo</a>		
15	Закрепление и совершенствование разученных осетинских народных игр: «Перетягивание», «Борьба за флажки», «Жмурки» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=NmAgpAiBOuw&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=NmAgpAiBOuw&amp;feature=emb_logo</a>		
16	Знакомство с особенностями татарских народных игр: «Хлопушки», «Займи место» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YEvgWdVI-hE&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=YEvgWdVI-hE&amp;feature=emb_logo</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=IZFhecWzG9I&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=IZFhecWzG9I&amp;feature=emb_logo</a>		
17	Закрепление с особенностями татарских народных игр: «Хлопушки», «Займи место» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YEvgWdVI-hE&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=YEvgWdVI-hE&amp;feature=emb_logo</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=IZFhecWzG9I&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=IZFhecWzG9I&amp;feature=emb_logo</a>		
18	Знакомство с правилами татарской народной игры: «Лисички и курочки», её разучивание <a href="https://yandex.ru/turbo/tatarlar.info/h/o-tatarah1/tatarskie-igry/">https://yandex.ru/turbo/tatarlar.info/h/o-tatarah1/tatarskie-igry/</a>		
19+	Закрепление и совершенствование разученной татарской народной игры: «Лисички и курочки» <a href="https://yandex.ru/turbo/tatarlar.info/h/o-tatarah1/tatarskie-igry/">https://yandex.ru/turbo/tatarlar.info/h/o-tatarah1/tatarskie-igry/</a>		
20	Знакомство с правилами карельской народной игры: «Пятнашки на санках», её разучивание		
21	Закрепление и совершенствование разученной карельской народной игры: «Пятнашки на санках»		
22	Знакомство с правилами удмуртской народной игры: «Игра с платочками», её разучивание		
23	Закрепление и совершенствование разученной удмуртской народной игры: «Игра с платочками»		
24	Знакомство с правилами чувашской народной игры: «Луна и солнце», её разучивание		
25	Закрепление и совершенствование разученной чувашской народной игры: «Луна и солнце»		

26	Знакомство с правилами якутской народной игры : « Один лишний», Русская народная игра «Третий лишний»		
27	Закрепление и совершенствование разученной якутской народной игры « Один лишний». Повторение русской народной игры «Третий лишний»		
28	Знакомство с особенностями игр народов Сибири и Дальнего Востока : «Льдинки, ветер, мороз», «Рыбалки и рыбки»		
29	Закрепление и совершенствование разученных игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Льдинки, ветер, мороз», «Рыбалки и рыбки»		
30	Знакомство с особенностями украинских народных игр: «Колдун», «Печки»		
31	Закрепление и совершенствование разученных украинских народных игр: «Колдун», «Печки»		
32	Знакомство с особенностями белорусских народных игр: «Прела-Горела», «Заяц-месяц», их разучивание		
33	Закрепление и совершенствование разученных белорусских народных игр: «Прела-Горела», «Заяц-месяц»		
34	Закрепление игр разученных в течении учебного года.		

## 2 класс

№ п/п	Тематика занятий	Дата	
		план	факт
1	Знакомство с планом работы занятий. Уточнение понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», поиск факторов, влияющих на здоровье, составление алгоритма оздоровления. Ознакомление с особенностями мордовской народной игры: «Раю-раю», её разучивание		
2	Уточнение понятий «здоровый образ жизни». Изучение приёмов закаливания Совершенствование разученной мордовской народной игры: «Раю-раю		

3	Режим дня школьника. Формирование представлений о режиме дня школьника, значении режима для организма Ознакомление с особенностями татарской народной игры: «Угадай и догони», её разучивание		
4	Совершенствование разученной татарской народной игры: «Угадай и догони»		
5	Ознакомление с особенностями игр умеренной психофизической нагрузкой: «Колечко», «Жмурки в кругу»		
6	Совершенствование разученных игр умеренной психофизической нагрузкой: «Колечко», «Жмурки в кругу»		
7	Ознакомление с особенностями игр с тонизирующей психофизической нагрузкой : «Журавли и лягушки», «В шляпах». И их разучивание.		
8	Совершенствование разученных игр с тонизирующей психофизической нагрузкой: «Журавли и лягушка», «В шляпах»		
9	Ознакомление с особенностями белорусских народных игр: «Мельница», «Охотники и утки»		
10	Совершенствование разученных белорусских народных игр: «Мельница», «Охотники и утки»		
11	Разучивание белорусской народной игры: «Посадка картошки»		
12	Совершенствование разученной белорусской народной игры: «Посадка картошки»		
13	Ознакомление с особенностями латышской народной игры «Птица без гнезда»и её разучивание		
14	Совершенствование разученной латышской народной игры «Птица без гнезда»		
15	Ознакомление с особенностями азербайджанской народной игры «Вытащи платок» и её разучивание		
16	Совершенствование разученной азербайджанской народной игры «Вытащи платок»		
17	Ознакомление с особенностями украинских народных игр «Хлебец», «Перепелочка» их разучивание		
18	Совершенствование разученных украинских народных игр : «Хлебец», «Перепелочка»		
19	Ознакомление с особенностями башкирских народных игр: «Медный пень », «Палка кидалка»		
20	Совершенствование разученных башкирских народных игр: «Медный пень », «Палка кидалка»		
21	Ознакомление с особенностями бурятских народных игр: «Бабки-лодыжки», «Иголка, нитка, узелок»		
22	Совершенствование разученных бурятских народных игр: «Бабки-лодыжки», «Иголка, нитка, узелок»		
23	Ознакомление с особенностями якутских народных игр: «Летящий диск», «Соколиный бой»		
24	Совершенствование разученных якутских народных игр: «Летящий диск», «Соколиный бой»		
25	Ознакомление с особенностями дагестанских народных игр: «Бег к реке», «Выбей из круга»		

26	Совершенствование разученных дагестанских игр: «Бег к реке», «Выбей из круга»		
27	Разучивание дагестанских народных игр: «Палочки - стукалочки», «Слепой медведь»		
28	Совершенствование разученных дагестанских народных игр: «Палочки - стукалочки», «Слепой медведь»		
29	Ознакомление с особенностями еврейских народных игр: «Есть у нас козлик», «Найди афикоман», «Свинон»		
30	Совершенствование разученных еврейских народных игр: «Есть у нас козлик», «Найди афикоман», «Свинон»		
31	Ознакомление с особенностями эстонских народных игр: «Чёрное и белое», «Щелчок», «Сторож»		
32	Совершенствование разученных эстонских народных игр: «Чёрное и белое», «Щелчок», «Сторож»		
33	Закрепление игр, разученных в течении учебного года		
34	Закрепление игр разученных в течении учебного года.		

3 класс

№ п / п	Тема занятий	Дата	
		п ла н	ф ак т
1	Знакомство с планом работы занятий. Режим дня школьника. Ознакомление с особенностями русских народных игр. Проведение и разучивание игр: «Почта», «Коршун», «Пчёлки и ласточки» <a href="https://externat.foxford.ru/polezno-znat/kak-sostavit-rezhim-dnya-dlya-shkolnika">https://externat.foxford.ru/polezno-znat/kak-sostavit-rezhim-dnya-dlya-shkolnika</a> <a href="https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2021/02/07/narodnye-igry">https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2021/02/07/narodnye-igry</a>		
2	Уточнение понятий «здоровый образ жизни». Изучение приёмов закаливания Совершенствование разученных русских народных игр: «Почта», «Коршун», «Пчёлки и ласточки». <a href="https://yandex.ru/video/preview/?family=yes&amp;filmId=5568551322977161293&amp;from=tabbar&amp;parent-reqid=1631015066446893-13775493419863997999-vla1-2578-vla-l7-balancer-prod-8080-BAL-9523&amp;text=%C2%AB%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B9+%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7+%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B8%C2%BB">https://yandex.ru/video/preview/?family=yes&amp;filmId=5568551322977161293&amp;from=tabbar&amp;parent-reqid=1631015066446893-13775493419863997999-vla1-2578-vla-l7-balancer-prod-8080-BAL-9523&amp;text=%C2%AB%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B9+%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7+%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B8%C2%BB</a> <a href="https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2021/02/07/narodnye-igry">https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2021/02/07/narodnye-igry</a>		
3	Ознакомление с особенностями дагестанских народных игр: «Подними платок», «Слепой медведь», их разучивание.		
4	Совершенствование разученных дагестанских народных игр: «Подними платок», «Слепой медведь», их разучивание.		
5	Ознакомление с особенностями осетинских народных игр: «Чепена», «Метание с плеча».		
6	Совершенствование разученных осетинских народных игр: «Чепена», «Метание с плеча».		
7	Ознакомление с особенностями чувашской народной игры: «Хищник в море», её разучивание.		
8	Совершенствование разученной чувашской народной игры: «Хищник в море».		
9	Ознакомление с особенностями игр Народов Сибири и Дальнего Востока: «Смелые ребята», «Отбивка оленей»		
10	Совершенствование разученных игр народов Сибири и Дальнего востока: «Смелые ребята», «Отбивка оленей» .		
11	Совершенствование разученной белорусской народной игры: «Хлоп, хлоп, убегай!»		
12	Совершенствование разученной белорусской народной игры: «Хлоп, хлоп, убегай!»		
13	Разучивание белорусской народной игры : «Жмурки»		

1 4	Совершенствование разученной белорусской народной игры: «Жмурки»		
1 5	Знакомство с особенностями узбекистанской народной игрой « Оксак - карга», её разучивание		
1 6	Совершенствование разученной узбекистанской народной игры « Оксак - карга».		
1 7	Знакомство с особенностями туркменской народной игры «Ягульга -таусмак».		
1 8	Совершенствование разученной туркменской народной игры «Ягульга - таусмак».		
1 9	Знакомство с особенностями армянской народной игры «Статуя», её разучивание.		
2 0	Совершенствование разученной армянской народной игры «статуя»		
2 1	Разучивание украинской народной игры «Хромая уточка»		
2 2	Совершенствование разученной украинской народной игры «Хромая уточка»		
2 3	Знакомство с особенностями украинских игр: «Командные прятки», «Кватч».		
2 4	Совершенствование разученных украинских игр: «Командные прятки», «Кватч».		
2 5	Знакомство с особенностями игр стран Европы: «Три камешка», «Кварто»		
2 6	Совершенствование разученных игр стран Европы: «Три камешка», «Кварто»		
2 7	Знакомство с особенностями игр Восточной Азии: «Шарик в ладони», «Аист и лягушка».		
2 8	Совершенствование разученных игр Восточной Азии: «Шарик в ладони», «Аист и лягушка»		
2 9	Знакомство с особенностями американских игр: «Возьмите-положите», «Боевые змеи»		
3 0	Совершенствование разученных американских игр: «Возьмите-положите», «Боевые змеи»		
3 1	Знакомство с особенностями игр африканского континента: «Сенет», «Манкала»		
3 2	Совершенствование разученных африканских игр: «Сенет», «Манкала»		
3 3	Знакомство с особенностями среднеазиатских игр : «Белая палочка», «Булава»		
3 4	Совершенствование разученных среднеазиатских игр: «Белая палочка», «Булав», «Вытащи платок»		

4 класс

№ п/п	Тема занятий	Дата	
		план	факт
1	<p>Знакомство с планом работы занятий. Уточнение понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», поиск факторов, влияющих на здоровье, составление алгоритма оздоровления. Знакомление с особенностями игр народов Дальнего Востока: «Ручейки, озёра», «Оленьи упряжки»</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=j0aOf7GN1nY&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=j0aOf7GN1nY&amp;feature=emb_logo</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=KbAQBFL9ih8&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=KbAQBFL9ih8&amp;feature=emb_logo</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=yz_OIU8nNeU&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=yz_OIU8nNeU&amp;feature=emb_logo</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=k6429DprV5A&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=k6429DprV5A&amp;feature=emb_logo</a></p> <p><a href="https://vk.com/video-40314006_456239215">https://vk.com/video-40314006_456239215</a></p>		
2	<p>Уточнение понятий «здоровый образ жизни». Изучение приёмов закаливания. Совершенствование разученных игр народов дальнего Востока: «Ручейки, озёра», «Оленьи упряжки»</p> <p><a href="https://vodavomne.ru/chelovek-i-voda/sposoby-zakalivaniya">https://vodavomne.ru/chelovek-i-voda/sposoby-zakalivaniya</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=0u-efKf3V3U&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=0u-efKf3V3U&amp;feature=emb_logo</a></p>		
3	<p>Режим дня школьника. Формирование представлений о режиме дня школьника, значении режима для организма. Знакомление с особенностями татарской народной игры: «Перехватчики»</p> <p><a href="https://mamamozhetvse.ru/rezhim-dnya-shkolnika-nachalnyx-klassov.html">https://mamamozhetvse.ru/rezhim-dnya-shkolnika-nachalnyx-klassov.html</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=9ikqNqeMWdo&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=9ikqNqeMWdo&amp;feature=emb_logo</a></p> <p><a href="https://trepsy.net/play/stat.php?stat=605">https://trepsy.net/play/stat.php?stat=605</a></p> <p><a href="https://ok.ru/video/293516937922">https://ok.ru/video/293516937922</a></p>		
4	<p>Совершенствование разученной татарской игры: «Перехватчики»</p> <p><a href="https://www.psyoffice.ru/4-0-605.htm">https://www.psyoffice.ru/4-0-605.htm</a></p>		
5	<p>Знакомство с особенностями тувинской народной игры: «Стрельба</p>		

	в мишень», её разучивание <a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/regionalnyy-komponent/2015/12/28/tuvinskie-narodnye-igry">https://nsportal.ru/detskiy-sad/regionalnyy-komponent/2015/12/28/tuvinskie-narodnye-igry</a>		
6	Совершенствование разученной тувинской народной игры «Стрельба в мишень» <a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/regionalnyy-komponent/2015/12/28/tuvinskie-narodnye-igry">https://nsportal.ru/detskiy-sad/regionalnyy-komponent/2015/12/28/tuvinskie-narodnye-igry</a>		
7	Знакомство с особенностями игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Солнце», «Ловля оленей» <a href="https://infourok.ru/podvizhnie-igri-narodov-dalnego-vostoka-v-pomosch-vospitatelyu-1663013.html">https://infourok.ru/podvizhnie-igri-narodov-dalnego-vostoka-v-pomosch-vospitatelyu-1663013.html</a>		
8	Совершенствование разученных игр народов Сибири и Дальнего Востока: «Солнце», «Ловля оленей» <a href="https://infourok.ru/podvizhnie-igri-narodov-dalnego-vostoka-v-pomosch-vospitatelyu-1663013.html">https://infourok.ru/podvizhnie-igri-narodov-dalnego-vostoka-v-pomosch-vospitatelyu-1663013.html</a>		
9	Знакомство с особенностями белорусской народной игры: «Посадка картошки», её разучивание <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SoIS0nJwh3Q&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=SoIS0nJwh3Q&amp;feature=emb_logo</a>		
10	Совершенствование разученной белорусской народной игры: «Посадка картошки» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SoIS0nJwh3Q&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=SoIS0nJwh3Q&amp;feature=emb_logo</a>		
11	Знакомство с особенностями белорусских народных игр: «Мороз», «У Мазая» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=XrpyxH6wyAg&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=XrpyxH6wyAg&amp;feature=emb_logo</a>		
12	Совершенствование разученных белорусских народных игр: «Мороз», «У Мазая» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=XrpyxH6wyAg&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=XrpyxH6wyAg&amp;feature=emb_logo</a>		
13	Знакомство с особенностями украинских игр: «Колокол», «Квадрат» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=qdvXGTwUf_k&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=qdvXGTwUf_k&amp;feature=emb_logo</a>		
14	Совершенствование разученных украинских игр: «Колокол», «Квадрат» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=qdvXGTwUf_k&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=qdvXGTwUf_k&amp;feature=emb_logo</a>		
15	Знакомство особенностями игр Восточной Азии: «Атья-патья», «Уголки», из разучивание <a href="https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html">https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html</a>		
16	Совершенствование разученных игр Восточной Азии: «Атья-патья», «Уголки» <a href="https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html">https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html</a>		

17	Знакомство с особенностями игр африканского континента: «Болотуду», «Вари», их разучивание <a href="https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html">https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html</a>		
18	Совершенствование разученных игр африканского континента: «Болотуду», «Вари» <a href="https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html">https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html</a>		
19+	Знакомство с особенностями среднеазиатских игр: «Джамбуль», «Ашички» <a href="https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html">https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html</a>		
20	Совершенствование разученных среднеазиатских игр: «Джамбуль», «Ашички» <a href="https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html">https://infourok.ru/podvizhnye-igry-dlya-4-klassa-uchebnogo-kursa-podvizhnye-igry-narodov-mira-4031086.html</a>		
21	Знакомство с особенностями русских народных хороводных игр: «Колпачок», «Жмурки»		
22	Совершенствование разученных русских народных хороводных игр: «Колпачок», «Жмурки»		
23	Знакомство с особенностями русских народных игр: «Шлёпанки», «Дедушко-медведущко»		
24	Совершенствование разученных русских народных игр: «Шлёпанки», «Дедушко-медведущко»		
25	Знакомство с особенностями белорусских народных игр: «Мельница», «Иванка», их разучивание		
26	Совершенствование разученных белорусских народных игр: «Мельница», «Иванка», их разучивание		
27	Знакомство с особенностями белорусских народных игр: «Михасик», «Ленок», их разучивание		
28	Совершенствование разученных народных игр: «Михасик», «Ленок»		
29	Знакомство с особенностями татарских народных игр: «Спутанные кони», «Скок -перескок», их разучивание		
30	Совершенствование разученных татарских народных игр: «Спутанные кони», «Скок -перескок»		
31	Знакомство с особенностями татарской народной игры: «Продаем горшки», её разучивание		
32	Совершенствование разученной татарской народной игры: «Продаем горшки»		
33	Знакомство с особенностями прибалтийских народных игр: «В речку- на берег», «Сельдь», их разучивание		
34	Совершенствование разученных прибалтийских народных игр: «В речку- на берег», «Сельдь»		



