

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение Калужской области  
«Калужская школа для обучающихся с ограниченными**

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании методического  
объединения  
протокол № 1  
от «23» августа 2023г.

**СОГЛАСОВАНО**  
Заместитель директора по учебно-  
воспитательной работе  
\_\_\_\_\_  
О.Н. Дерменжи  
«31» августа 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности «Общение»  
предметной области «Коммуникативная деятельность»**

**для обучающихся 3 «В» класса**

**(вариант 2)**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности "Общение" предметной области "Коммуникативная деятельность" разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа (ФАООП) на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа ГКОУКО «Калужская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Гармония»;

Развитие коммуникативных способностей детей младшего школьного возраста является на современном этапе развития социальных отношений одной из важнейших проблем. Освоение элементов коммуникативной культуры в младшем школьном возрасте позволит детям успешнее реализовать свой потенциал. Особенно это важно для детей с ОВЗ, так как дети с ограниченными возможностями - это дети, имеющие различные отклонения психического или физического плана, которые обуславливают нарушения общего развития, не позволяющие детям вести полноценную жизнь. Им необходимо развивать социальную компетентность, навыки общения с окружающими, расширить возможности произвольного взаимодействия со сверстниками.

Актуальность данной темы определяется необходимостью работы по совершенствованию коммуникативных навыков обучающихся с ОВЗ, требованиями Государственных Федеральных Образовательных Стандартов, с учетом которых обучающийся должен владеть рядом коммуникативных компетенций, а именно – владеть способами совместной деятельности в группе, умениями корректно вести учебный диалог, искать и находить компромиссы; иметь позитивные навыки общения в социуме и т.д.

### **Цель:**

развитие у обучающихся возможностей вербальной и невербальной коммуникации, развитие навыков использования вспомогательных средств и ассистивных технологий в коммуникативных целях; формирование навыков общения и культуры поведения, развитие и совершенствование их нравственных качеств, ориентация на общечеловеческие ценности .

### **Задачи:**

- обучение навыкам общения и сотрудничества;
- формирование навыков речевого этикета и культуры поведения;

- развитие коммуникативных умений в процессе общения;
- введение в мир человеческих отношений, нравственных ценностей, формирование личности.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Программа содержит упражнения, которые требуют общения, самовыражения или участие в коллективном деле. В рамках программы у каждого ребёнка есть возможность проявить свои лучшие личностные качества и быть успешным участником программы, так как предложенный спектр занятий даёт возможность каждому показать свои сильные стороны. Важным элементом работы является выработка индивидуальных эффективных моделей поведения ребёнка в значимых, в том числе оценочных ситуациях

Программа представлена следующими разделами: «Этикет и культура общения», «Страна эмоций», «Взаимопомощь и сотрудничество».

### **МЕСТО ПРОГРАММЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

на программу внеурочной деятельности «Общение» отводится:  
3 класс - 34 часа, 1 час в неделю

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **Предметные:**

- Повышение активности, инициативности и мотивации детей на занятиях;
- Повышение социальной компетенции (конструктивное общение и взаимодействие в группе)
- Повышения уровня конструктивности поведения
- Снижение уровня негативных эмоциональных реакций (тревожности, агрессивности),
- Гармонизация психологического климата в классе
- Усиление межличностного взаимодействия
- Перенос социальных навыков в реальную жизнь

### **Личностные:**

- обогащение личного опыта общения детей;
- ориентация на выполнение нравственных норм в процессе общения;
- овладение нормами речевого этикета и культуры поведения.
- пользоваться мимикой, жестами, средствами интонационной выразительности;
- применять поведенческие стереотипы при посещении мест общего пользования, социальных объектов;
- выполнять бытовые просьбы и доступные учебные инструкции взрослого;
- приветствовать и прощаться;
- действовать совместно со сверстниками;

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| №  | Название раздела, тематики занятий   | Кол-во часов | Дата |
|----|--|--------------|------|
| 1  | <b>Этикет и культура общения.</b>  | 1            |      |
| 2  | Знакомство. Правила знакомства   | 1            |      |
| 3  | Взрослые и дети  | 1            |      |
| 4  | Учитель и ученики  | 1            |      |
| 5  | Обращение к старшим  | 1            |      |
| 6  | Отношение к малышам  | 1            |      |
| 7  | Учимся общаться  | 1            |      |
| 8  | Знакомство во дворе  | 1            |      |
| 9  | Знакомство в гостях  | 1            |      |
| 10 | Приглашение гостей, правила поведения с гостями                                      | 1            |      |
| 11 | Правила поведения в гостях   | 1            |      |
| 12 | Вежливые слова   | 1            |      |
| 13 | Комплименты  | 1            |      |
| 14 | Правила поведения в общественном транспорте  | 1            |      |
| 15 | Правила поведения в общественных местах  | 1            |      |
| 16 | У меня зазвонил телефон  | 1            |      |
| 17 | Игры «Ласковое имя», «Разожми кулак» и др.   | 1            |      |
| 18 | <b>Страна эмоций</b>   | 1            |      |
| 19 | Радость. Я радуюсь   | 1            |      |
| 20 | Мне весело. Этюды на выражение эмоции радости  | 1            |      |
| 21 | Грусть. Я грущу.   | 1            |      |
| 22 | Мне грустно. Этюды на выражение эмоции грусти  | 1            |      |
| 23 | Упражнение на отработку интонационной выразительности<br>«Мы похожи — мы отличаемся» | 1            |      |
| 24 | Настроение бывает разным. Подари улыбку  | 1            |      |
| 25 | Злость. Когда я злюсь  | 1            |      |
| 26 | Веселый или злой   | 1            |      |
| 27 | Страх. Мне страшно   | 1            |      |
| 28 | Игры «Толкалки без слов», «Да и нет», «Паутина»                                      | 1            |      |
| 29 | Отношение к животным. Игры «Доброе животное»   | 1            |      |
| 30 | <b>Взаимопомощь и сотрудничество</b>   | 1            |      |
| 31 | Что такое дружба? Учимся дружить   | 1            |      |
| 32 | Общаемся играя. Объединяемся играя   | 1            |      |
| 33 | Вместе интересно   | 1            |      |
| 34 | Мы – единая команда  |              |      |

### **Материально-техническая оснащенность для реализации программы:**

Свободное и просторное помещение для проведения занятий: помещение группы, музыкальный зал, гимнастический зал, игровая комната.

#### Материалы и инструментарий для занятий:

1. Бумага для рисования
2. Акварельные краски, тряпочки и кисточки
3. Цветная бумага, ватные палочки, клей.
4. Мелки или цветные карандаши
5. Компьютер
6. Пиктограммы с эмоциями (радости, грусти, страха, удивления и гнева (нарисованные схематично лица с различными эмоциями))

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение Калужской области  
«Калужская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
«Гармония»**

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании методического  
объединения  
протокол № 1  
от «23» августа 2023г.

**СОГЛАСОВАНО**  
Заместитель директора по учебно-  
воспитательной работе  
\_\_\_\_\_ О.Н. Дерменжи  
«31» августа 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности «Рукотворный мир»**  
**предметной области «Рукотворный мир»**

**для обучающихся 3 «В» класса**

**(вариант 2)**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Рукотворный мир» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа (ФАООП) на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа ГКОУКО «Калужская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Гармония»;

Программа внеурочной деятельности «Рукотворный мир» по художественно-эстетической творческой деятельности для 3 класса разработана на основе: принципа «от родного порога в мир общечеловеческой культуры». Россия – часть многообразного и целостного мира. Ребёнок шаг за шагом открывает многообразие культур разных народов и ценностные связи, объединяющие всех людей планеты. Природа и жизнь являются базисом формируемого мироотношения. Методологической основой курса является системно-деятельностный подход в начальном обучении.

Программа «Рукотворный мир» имеет художественную направленность, способствует развитию у обучающихся изобразительных, конструкторских способностей, художественно-эстетического вкуса, пространственного мышления

и зрительной координации, творческой индивидуальности.

Занятия ручным трудом способствуют развитию мелкой моторики, двигательной и зрительной памяти, творческому мышлению. Обучающиеся учатся

фантазировать, создавать интересные образы и композиции. Занятия полезны для

детей, испытывающих сложности в усидчивости, способности проявлять терпение

и выдержку, проявляющих импульсивность. Коллективное творчество способствует развитию коммуникативных качеств личности. В процессе творческого труда, изготовления ими поделок, подарков родным и близким активнее развивается художественная культура обучающихся, развивается интерес

к изучению родного края. Занятия в объединении формируют у обучающихся художественно-эстетический вкус, дают необходимые навыки и умения, обеспечивают психологическую и практическую подготовку к труду, воспитывают

организованность, целеустремленность, трудолюбие, аккуратность.

**Цель:**

расширение знаний обучающихся об объектах рукотворного мира, формирование умений создавать предметы своими руками с использованием природного материала, развитие творческой активности, интереса, любознательности, воспитание трудолюбия и уважения к труду как к ценности.

**Задачи:**

- развивать интерес к изобразительной деятельности; развивать свои способности, помогающие достижению успеха в художественном творчестве;
- формировать навыки учебной деятельности: умение действовать по словесным инструкциям, контроль за собственными действиями.
- воспитывать интерес к активному познанию истории материальной культуры своего и других народов, уважительное отношение к труду.
- формировать и совершенствовать пространственные представления: ориентация на листе; ориентация в пространстве.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Основные содержательные линии программы направлены на личностное развитие учащихся, воспитание у них интереса к различным видам деятельности, получение и развитие определенных профессиональных навыков. Программа дает возможность ребенку как можно более полно представить себе место, роль, значение и применение материала в окружающей жизни.

Программа представлена следующими разделами: «**Работа с природными материалами**», «**Работа с бумагой и картоном**», «**Лепка из соленого теста, пластилина**», «**Работа с различными материалами**».

**Работа с природными материалами**

Моделирование из природного материала. Аппликация на тему: «Осенняя пора». Плоскостное изображение «Подарки осени». Поделки из шишек и каштанов. Самостоятельная работа. Панно из семян и цветов. Композиция «Дары природы». Коллективная работа. Тематические композиции.

**Работа с бумагой и картоном**

Скатывание в комок. Мозаика. Плетение из бумаги. Аппликация. Аппликация: корзина с фруктами, ваза с цветами, вазочка с конфетами. Аппликация и мозаика из обрывных кусочков бумаги. Моделирование цветов из бумаги и проволоки. Аппликация на тему: «Времена года». Изготовление елочных украшений. Новогодние снежинки. Цепочка из бумажных колец.

**Лепка из солёного теста, пластилина.**

Забавные фигурки. Украшения. Цветы. Растения. Бабочки. Животные (ежик, котик и др.) Угощение для гостей. Изготовление фигурок для коллективной композиции. Рисуем пластилином воздушный шарик. Природные материалы в сочетании с соленым тестом. Рисуем пластилином. Елочка. Рисуем пластилином. Осенний лист. Весенний лист

**Работа с различными материалами**



Моделирование из бумажных салфеток. Коллаж из бумаги и крупы. Коллаж из различных материалов. Цветы из салфеток. Аппликация из пуговиц. Изготовление аппликации из древесных опилок Выставка работ учащихся.

### **МЕСТО ПРОГРАММЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

на программу внеурочной деятельности «**Рукотворный мир**» отводится:

3 класс - 34 часа, 1 час в неделю

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «РУКОТВОРНЫЙ МИР»**

#### **Предметные результаты**

Предметные результаты отражают сформированность у обучающихся умений:

- уважать и ценить искусство и художественно-творческую деятельность человека;
- понимать образную сущность искусства; сочувствовать событиям и персонажам, воспроизведенным в произведениях пластических искусств, их чувствам и идеям;
- эмоционально-ценностному отношению к природе, человеку и обществу и его передачи средствами художественного языка;
- выражать свои чувства, мысли, идеи и мнения средствами художественного языка;
- создавать элементарные композиции на заданную тему на плоскости и в пространстве;
- создавать выразительные образы природы, человека, животного.

#### **Личностные результаты**

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками;
- приобщение к разным видам искусства
- осознание ценности труда и творчества как естественного условия человеческой жизни:
  - понимание ценности природы, осознании себя частью природного мира,
  - формирование любви к природе означает, бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.
  - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Оценивание результатов обучения детей проходит через их участие в выставках, конкурсах, массовых мероприятиях.

### **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

| <b>№ п/п</b> | <b>Тема</b> | <b>Кол-во часов</b> | <b>Дата</b> |
|--------------|-------------|---------------------|-------------|
|--------------|-------------|---------------------|-------------|

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| <b>Работа с природными материалами</b>     |   |   |  |
| 1  | Экскурсия в природу с целью сбора природного материала.<br>Моделирование из природного материала. | 1 |  |
| 2  | Аппликация на тему: «Осенняя пора»  | 1 |  |
| 3  | Плоскостное изображение. «Подарки осени».   | 1 |  |
| 4  | Поделки из шишек и каштанов.  | 1 |  |
| 5  | Самостоятельная работа из принесенного материала  | 1 |  |
| 6  | Панно из семян и цветов.  | 1 |  |
| 7  | Композиция «Дары природы». Коллективная работа.   | 1 |  |
| 8  | Тематические композиции.  | 1 |  |
| <b>Работа с бумагой и картоном</b>         |   |   |  |
| 9  | Скатывание в комок. Мозаика.  | 1 |  |
| 10   | Плетение из бумаги. Аппликация.   | 1 |  |
| 11   | Аппликация: корзина с фруктами, ваза с цветами, вазочка с конфетами.                              | 1 |  |
| 12   | Аппликация и мозаика из обрывных кусочков бумаги.   | 1 |  |
| 13   | Моделирование цветов из бумаги и проволоки.   | 1 |  |
| 14   | Аппликация на тему: «Времена года».   | 1 |  |
| 15   | Изготовление елочных украшений  | 1 |  |
| 16   | Новогодние снежинки. Цепочка из бумажных колец.   | 1 |  |
| <b>Лепка из солёного теста, пластилина</b> |   |   |  |
| 17   | Забавные фигурки.   | 1 |  |
| 18   | Украшения.  | 1 |  |
| 19   | Цветы.  | 1 |  |
| 20   | Растения.   | 1 |  |
| 21   | Бабочки   | 1 |  |
| 22   | Животные (ежик, котик и др.)  | 1 |  |
| 23   | Угощение для гостей   | 1 |  |
| 24   | Рисуем пластилином. Воздушный шарик   | 1 |  |
| 25   | Природные материалы в сочетании с соленым тестом.   | 1 |  |
| 26   | Рисуем пластилином. Елочка  | 1 |  |
| 27   | Рисуем пластилином. Осенний лист. Весенний лист   | 1 |  |
| <b>Работа с различными материалами</b>     |   |   |  |
| 28   | Моделирование из бумажных салфеток.   | 1 |  |
| 29   | Коллаж из бумаги и крупы  | 1 |  |
| 30   | Коллаж из различных материалов.   | 1 |  |
| 31   | Цветы из салфеток.  | 1 |  |
| 32   | Аппликация из пуговиц.  | 1 |  |
| 33   | Изготовление аппликации из древесных опилок   | 1 |  |
| 34   | Выставка работ учащихся.  | 1 |  |

## МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Материально-техническое оснащение курса внеурочной деятельности «Рукотворный мир» предусматривает:

наборы инструментов для занятий изобразительной деятельностью,

ножницы (и для левой руки),

кисти беличьи № 5, 10, 20; — кисти из щетины № 3, 10, 20;

коврики, стеки,

натуральные объекты

видеофильмы, презентации, оборудование: компьютер,

мелки (пастель, восковые),

фломастеры, маркеры, краски (акварель, гуашь),

пластичные материалы (пластилин, соленое тесто).

набор разноцветного пластилина;

ткани разных сортов;

природные материалы

провода цветная;

**вспомогательные приспособления:**

подкладные доски;

подкладной лист или клеенка;

коробка для хранения природных материалов;

**Печатные пособия:**

таблицы по народным промыслам, декоративно-прикладному искусству;

дидактический раздаточный материал:

карточки-задания по технологии изготовления изделия;

репродукции картин;

альбомы с демонстрационными материалами, составленными в

соответствии с содержанием учебной программы;

изображения (картинки, фотографии, пиктограммы) готовых изделий

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение Калужской области  
«Калужская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
«Гармония»**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании методического  
объединения  
протокол № 1  
от «23» августа 2023г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по учебно-  
воспитательной работе

\_\_\_\_\_ О.Н. Дерменжи  
«31» августа 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности «Школа здоровья»  
спортивно-оздоровительной  
деятельности «Движение есть жизнь!»**

**3 класс**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Школа здоровья» спортивно-оздоровительной деятельности «**Движение есть жизнь!**» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа (ФАООП) на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа ГКОУКО «Калужская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Гармония»;

Одним из приоритетных направлений нашего государства и современного образования становится укрепление здоровья подрастающего поколения. Актуальность данной программы возрастает в связи с тем, что вследствие ограниченности сенсорной системы и недостатка информации о предметах и явлениях окружающего мира, дети имеют свои специфические особенности, обусловленные своеобразным ходом физического и психического развития и социально-психологической адаптации к условиям современной жизни.

### **Цель:**

формирование знаний обучающихся о здоровом образе жизни, развитие и стимуляция физической активности обучающихся, развитие двигательных способностей и мобильности, формирование негативного отношения к факторам, вредящим здоровью.

### **Задачи:**

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

Программа внеурочной деятельности «Школа здоровья» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

В системе начального обучения игровая деятельность является одним из важнейших факторов развития ребенка, в начальных классах закладываются основы социально активной личности, проявляющей интерес к игровой деятельности, самостоятельности, уважения и другие ценные качества, способствующие усвоению требований к жизни, утверждению в ней.

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

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

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

Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);
- организация и проведение подвижных и спортивных игр;
- организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- активное использование спортивной площадки и спортивного зала ;
- проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Программа включает в себя теоретическую и практическую части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, правил, беседу с учащимися, показ изучаемых упражнений, подвижных и спортивных игр. Практическая часть представлена практическими действиями. Двигательный опыт учащихся обогащается играми, упражнениями.

Программа представлена разделами: «Если хочешь быть здоров!», «Вместе весело играть», «Игры разных народов», «Физические упражнения», « Основы твоей безопасности»

### **Если хочешь быть здоров!**

Режим дня. Комплекс утренней гимнастики. Комплекс упражнений для физминутки. Гигиена зубов, ротовой полости, кожи. Уход за руками и ногами. Профилактика простудных заболеваний. Закаливание. Лекарственные растения. Вредные привычки. Профилактика. Зависимость благополучия и хорошего настроения от умения управлять своими эмоциями. Сон – лучшее лекарство. Питание – необходимое условие жизнедеятельности. Режим питания. Полезные продукты. Витамины. Овощи, ягоды и фрукты – самые полезные продукты. Обобщающий урок. Игра «Здоровье – здорово!».

### **Вместе весело играть**

Спортивные игры и эстафеты. Что они дают для здоровья человека? Эстафета «Быстрые и ловкие».

Подвижные игры.

### **Игры разных народов.**

Русские народные игры «Салки», «Салки с приседаниями». Русская народная игра «Третий лишний». Чувашская народная игра «Рыбки». Татарская народная игра «Тюбетейка». Белорусские народные игры «Хлоп, хлоп, убегай», «Мельница», «Иванка».

### **Физические упражнения**

Ориентировка в пространстве. Перестроение в круг (шире-уже). Ориентировка в пространстве. Ходьба по залу по кругу. Ориентировка в пространстве. Дистанция при построении. Игры на воспитание быстроты «Самые быстрые», «Удержи мяч».

### **Основы твоей безопасности**

Правила поведения в быту. Правила поведения на воде. Правила поведения в природе. Правила поведения на дорогах. Правила поведения при пожаре. Твоя безопасность на каникулах  
**Заключительное занятие «Здравствуй лето!»**

## **МЕСТО ПРОГРАММЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

на программу внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности «Школа здоровья» отводится:

3 класс - 34 часа, 1 час в неделю

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

**Предметные результаты**

**иметь представление:**

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о вредных и полезных привычках;
- о народных и спортивных играх и их правилах;
- о различных видах подвижных игр и их правилах;
- о правилах поведения во время игры;
- не менее двух комплексов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

**уметь:**

- применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятия спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;
- играть в подвижные игры;
- работать в коллективе;
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- выполнять комплексы упражнений, направленно воздействующие на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы утренней зарядки и физкультминуток.

**научиться:**

- соблюдать гигиену зубов, ротовой полости, кожи, волос;
- выполнять упражнения для профилактики простудных заболеваний;
- включать в свой рацион питания полезные продукты;
- соблюдать правила дорожного движения во время перехода дорог;
- соблюдать правила пользования общественным транспортом;
- соблюдать правила пожарной безопасности;
- соблюдать правила техники безопасности в быту, в природе.

**Личностные результаты**

*будут сформированы:*

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа, уважительное отношение к культуре других народов;
- умение выражать свои эмоции;
- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей.

**Тематическое планирование  
внеурочной деятельности "Школа здоровья"**

**3 класс**

| № п/п | Тема занятия  | Всего часов |
|-------|---|-------------|
| 1     | «Если хочешь быть здоров!»  | 1           |
| 2     | Режим дня   | 1           |
| 3     | Комплекс утренней гимнастики. Комплекс упражнений для физминутки            | 1           |
| 4     | Гигиена зубов, ротовой полости, кожи. Уход за руками и ногами.              | 1           |
| 5     | Профилактика простудных заболеваний. Закаливание. Если хочешь быть здоров – | 1           |

|    |   |           |
|----|---|-----------|
|    | закаляйся!  |           |
| 6  | Лекарственные растения.   | 1         |
| 7  | Вредные привычки. Профилактика  | 1         |
| 8  | Зависимость благополучия и хорошего настроения от умения управлять своими эмоциями. Сон – лучшее лекарство. | 1         |
| 9  | Питание – необходимое условие жизнедеятельности. Режим питания.   | 1         |
| 10 | Полезные продукты. Витамины. Овощи, ягоды и фрукты – самые полезные продукты.                               | 1         |
| 11 | Обобщающий урок. Игра «Здоровье – здорово!».  | 1         |
| 12 | <b>«Вместе весело играть»</b>   | 1         |
| 13 | Спортивные игры и эстафеты. Что они дают для здоровья человека?   | 1         |
| 14 | Эстафета «Быстрые и ловкие».  | 1         |
| 15 | Подвижные игры.   | 1         |
| 16 | <b>Игры разных народов.</b>   | 1         |
| 17 | Русские народные игры «Салки», «Салки с приседаниями».  | 1         |
| 18 | Русская народная игра «Третий лишний».  | 1         |
| 19 | Чувашская народная игра «Рыбки».  | 1         |
| 20 | Татарская народная игра «Тюбетейка».  | 1         |
| 21 | Белорусские народные игры «Хлоп, хлоп, убегай», «Мельница», «Иванка».                                       | 1         |
| 22 | <b>Физические упражнения.</b>   | 1         |
| 23 | Ориентировка в пространстве. Перестроение в круг (шире-уже).  | 1         |
| 24 | Ориентировка в пространстве. Ходьба по залу по кругу.   | 1         |
| 25 | Ориентировка в пространстве. Дистанция при построении.  | 1         |
| 26 | Игры на воспитание быстроты «Самые быстрые», «Удержи мяч».  | 1         |
| 27 | <b>Основы твоей безопасности</b>  | 1         |
| 28 | Правила поведения в быту.   | 1         |
| 29 | Правила поведения на воде   | 1         |
| 30 | Правила поведения в природе   | 1         |
| 31 | Правила поведения на дорогах  | 1         |
| 32 | Правила поведения при пожаре  | 1         |
| 33 | Твоя безопасность на каникулах  | 1         |
| 34 | Заключительное занятие «Здравствуй лето!»   | 1         |
|    | <b>Всего:</b>   | <b>34</b> |



