

Планирование курса

№	Направление	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1	<i>Здоровье- сберегающая инфраструктура</i>	Первоначальное ознакомление школьников с правилами поведения при ЧС. Организация качественного и своевременного горячего питания учащихся. Квалифицированная помощь школьных специалистов: психолога, логопеда, социального педагога, физруков, медицинских работников.	Расширенное ознакомление учащихся с правилами поведения при ЧС. Осуществление качественного и своевременного горячего питания учащихся, проведение мониторинга состояния питания. Квалифицированная помощь школьных специалистов.	Расширение занятости учащихся в школьных и городских спортивных секциях; вовлечение учащихся в различные виды реальной творческой деятельности. Организация здорового качественного питания, сотрудничество со школьной столовой. Квалифицированная помощь школьных специалистов.	Пропаганда здорового образа жизни, положительного влияния на здоровье спорта и правильного питания. Участие школьников в просветительской работе по здоровьесбережению среди учащихся младших классов.
№	Направление	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
2	<i>Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности</i>	Соответствие объема учебной нагрузки возрастным возможностям детей. Соблюдение гигиенических нормативов и правила организации учебного процесса в адаптационный период, обеспечивающих профилактику учебных перегрузок и переутомления. Чёткая дозировка физических, интеллектуальных и эмоциональных нагрузок как в учебное, так и во внеурочное время. Проведение ежедневных динамических пауз и физминут.	Создание условий для повышения учебной активности школьников и дальнейшего освоения ими новых знаний. Учет состояния здоровья учащихся и их психологических особенностей. Проведение ежедневных динамических пауз и физминут, ритмических перемен. Родительские собрания на темы: «Когда ребёнок взрослеет», «У нас растёт девочка», «Что нужно знать о воспитании мальчика»	Составление расписания согласно требованиям СанПиН. Создание условий для повышения учебной активности школьников и дальнейшего освоения ими новых знаний. Родительские собрания на темы: «Учимся строить отношения», «Наследственность и здоровье», «Рациональное распределение свободного времени ребёнка».	Беседы на уроках и во внеучебное время с привлечением медицинских работников, психолога, социального педагога на темы: «Жизнедеятельность человека», «Общение и уверенность в себе», «Поговорим о личном», «Медицинская помощь и обеспечение безопасности жизнедеятельности». Профилактическая работа по предупреждению вредных привычек.

№	Направление	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
3	Эффективная организация физкультурно- оздоровительной	Совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках, лазаньи, метании и плавании. Развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений. Обучение физическим упражнениям, подвижным играм, и техническим действиям спортивных игр.	Формирование общих представлений о физической культуре и спорте, о их пользе для здоровья человека. Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми.	Обучение простейшим способам контроля за физическими нагрузками, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности. Участие в школьных, городских и краевых спортивных соревнованиях по различным видам спорта в соответствующей возрастной категории.	Освоение жизненно важных навыков и умений, контроль за своим физическим развитием и физической подготовленностью. Участие в школьных, городских и краевых спортивных соревнованиях по различным видам спорта.
4	Реализация образовательной программы	Формирование ценностного отношения к своему здоровью, первоначального личного опыта здоровьесберегающей деятельности (правила личной гигиены, выполнение комплекса физических упражнений...)	Формирование ценностного отношения к своему здоровью, представлений о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его труда, творчества и образования.	Совершенствование представлений о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его труда, творчества и образования. Формирование понимания о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.	Формирование представления о значимой роли морали и нравственности в сохранении здоровья человека. Формирование ценностной установки к здоровому образу жизни.
5	Просветительская работа с родителями (законными представителями)	Формирование первоначального опыта разумного отношения к себе и своему здоровью, создание благоприятных условий для адаптации ребёнка к школе для обеспечения дальнейшего благополучного развития.	Формирование первоначального опыта разумного отношения к себе и своему здоровью, формирование элементарных представлений о влиянии образа жизни человека на его здоровье.	Участие в акциях и конкурсах школьного, городского значения. Организация спортивных соревнований, экскурсий, туристических походов.	Формирование личного опыта участия в спортивных состязаниях, конкурсах, семинарах и лекциях по различным вопросам роста, развития и здоровья школьников. Участие в городских, краевых акциях и конкурсах.

