

## **Аннотация к рабочей программе внеурочной деятельности Спортивно – оздоровительного направления «Будь здоров!»**

**Рабочая программа внеурочной деятельности «Будь здоров» по спортивно-оздоровительному направлению** предусматривает обучение школьников бережному отношению к своему здоровью.

В программе рассматриваются вопросы:

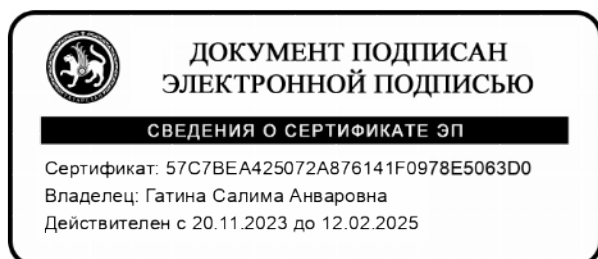
- влияния физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня на укрепление здоровья;
- комплексов упражнений на коррекцию осанки и развитие мышц;
- правил выполнения физических упражнений;
- обучения движениям.

В программе также предложены темы, связанные с эмоциями и их регулированием в процессе занятий физическими упражнениями, выполнением жизненно важных физических навыков различными способами и с изменением амплитуды.

При проведении занятий по программе курса внеурочной деятельности «Будь здоров» предусмотрены следующие формы организации образовательного процесса:

- физические упражнения;
- спортивные игры;
- гимнастика оздоровительная и корригирующая.

Курс «Будь здоров!» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 1 час в неделю и рассчитан на четыре года.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Сарабикуловская основная общеобразовательная школа» муниципального образования  
«Лениногорский муниципальный район» Республики Татарстан

**«Рассмотрено»**  
Руководитель ШМО  
\_\_\_\_\_ / Ихсанова Ф.Ф. /

Протокол №1  
от 28.08. 2023г.

**«Согласовано»**  
Заместитель директора по ВР  
\_\_\_\_\_ /Ялакова Ф.Г./

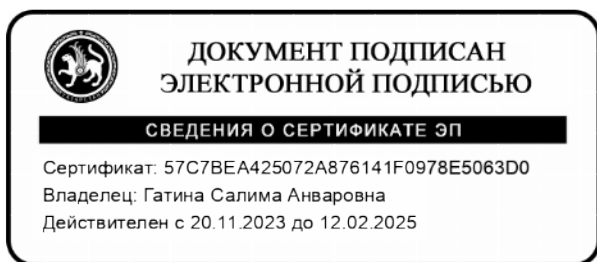
Протокол № 2  
от 31.08 2023 г.

**«Утверждено»**  
Директор  
\_\_\_\_\_ /Гатин С.А./

Приказ № 128  
от 31.08 2023г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности  
спортивно – оздоровительного направления  
«Будь здоров!»  
для обучающихся 1 – 4 классов  
учителя начальных классов Ихсановой Ф.Ф.



с.Сарабикулово, 2023

### **Пояснительная записка.**

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

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

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

Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формирование установок на ведение здорового образа жизни. Не нужно делать большой акцент на сами вредные привычки. Главное – приобщить детей к здоровому образу жизни. Дети младшего школьного возраста наиболее восприимчивы к обучающемуся воздействию, поэтому целесообразно использовать школу для обучения детей здоровому образу жизни. Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками, которые входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве. Работа начинается с 1 класса и рассчитана на весь курс начальной школы.

Для формирования привычки к здоровому образу жизни младших школьников необходима совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой, администрацией школы.

Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе.

### **Цели программы:**

Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

### **Задачи:**

1. Формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика.
2. Профилактика вредных привычек.
3. Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирование здорового образа жизни.
4. Расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
5. Формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни.
6. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

### **Основные направления реализации программы:**

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
  - организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);
  - организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
  - проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;
  - санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
  - организация питания учащихся;
  - проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,
  - организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
  - организация и проведение профилактической работы с родителями;
- Программа рассчитана **на 1 час в неделю**: I класс – 33 часа, II – IV классы – 34 часа.

**Место реализации программы:** спортивный зал, спортивная площадка, кабинет начальных классов, школа, территория и окрестности вокруг школы.

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

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

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

Мало научить ребёнка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Надо, чтобы уже с раннего возраста он учился любви к себе, к людям. К жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров.

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

### **Планируемые результаты**

После окончания **I года обучения** учащиеся должны

**Знать:**

- задачи общей физической подготовки;
- правила подвижных игр.
- правила игры в шашки, шахматы;
- цели и задачи упражнений с мячом;
- основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой;
- основы техники безопасности во время катания на санках, коньках, лыжах;
- историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр;
- гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде;
- основы здорового образа жизни;

#### **Уметь:**

- играть в подвижные игры для развития выносливости, быстроты.
- соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;

#### **Личностные результаты:**

- видеть важность в здоровом образе жизни;
- бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих;
- искать свою позицию в многообразии культурных, спортивных, оздоровительных предпочтений;
- осуществлять добрые дела полезные другим людям.

#### **Метапредметные результаты:**

##### **1. Регулятивные УУД:**

- определять цель деятельности с помощью учителя;
- составлять план выполняемой задачи совместно с учителем;
- использовать дополнительные средства получения информации;
- уметь оценивать себя.

##### **2. Познавательные УУД:**

- уметь перерабатывать полученную информацию;
- выбирать наиболее удобную для себя форму получения информации;
- осуществлять поиск информации с использованием ресурсов сети Интернет.

##### **3. Коммуникативные УУД:**

- доносить свою позицию в отношении здорового образа жизни до других;
- понимать позиции других.

После окончания **II года обучения** учащиеся должны

#### **Знать:**

- упрощенные правила спортивных игр (футбол, волейбол);
- правила игры в шашки, в шахматы;
- историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр;
- факторы сохранения и укрепления здоровья;
- основные правила соревнований и подвижных игр;
- строение тела человека, его привычки;
- основы здорового образа жизни;

#### **Уметь:**

- играть по правилам в спортивные игры (футбол, волейбол).
- выполнять упражнения на расслабление во время занятий;
- соблюдать правила техники безопасности во время занятий,
- соблюдать правила безопасности жизнедеятельности и ЗОЖ

### **Личностные результаты:**

- видеть важность в здоровом образе жизни;
- бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих;
- искать свою позицию в многообразии культурных, спортивных, оздоровительных предпочтений;
- осуществлять добрые дела полезные другим людям.
- определять самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве.

### **Метапредметные результаты:**

#### **1. Регулятивные УУД:**

- определять цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на уроке;
- использовать дополнительные средства получения информации;
- уметь оценивать себя, правильно оценивать позицию других.

#### **2. Познавательные УУД:**

- делать предварительный отбор источников информации;
- уметь перерабатывать полученную информацию;
- выбирать наиболее удобную для себя форму получения информации;
- делать выводы в результате совместной работы в группе;
- осуществлять поиск информации с использованием ресурсов сети Интернет;

#### **3. Коммуникативные УУД:**

- доносить свою позицию в отношении здорового образа жизни до других;
- понимать позиции других;
- совместно договариваться о правилах общения, поведения и следовать им.

После окончания **III года обучения** учащиеся должны

### **Знать:**

- специфические особенности подвижных и спортивных игр направленных на развитие физических качеств;
- правила спортивных игр (футбол);
- правила игры в шашки, шахматы;
- основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой;
- значение ЗОЖ, как фактора сохранения и укрепления здоровья.
- меры личной и общественной профилактики болезней;
- значение экологии для окружающей среды.

### **Уметь:**

- играть по правилам в спортивные игры (футбол);
- соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;
- соблюдать экологическую чистоту

### **Личностные результаты:**

- видеть важность в здоровом образе жизни;
- бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих;
- прогнозировать оценки одних и тех же ситуаций с позиции разных людей;
- учиться замечать и признавать расхождения своих поступков со своими заявленными позициями, взглядами, мнениями;
- осуществлять добрые дела полезные другим людям.

### **Метапредметные результаты:**

#### **1. Регулятивные УУД:**

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- составлять план выполняемой задачи совместно с учителем;
- составлять план выполнения задач, решения проблем творческого и поискового характера;
- работая по составленному плану использовать наряду с основными и дополнительные средства (справочная литература, средства ИКТ)
- использовать дополнительные средства получения информации;
- уметь оценивать себя.

### **2. Познавательные УУД:**

- уметь перерабатывать полученную информацию;
- выбирать наиболее удобную для себя форму получения информации;
- осуществлять поиск информации с использованием ресурсов сети Интернет.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей.

### **3. Коммуникативные УУД:**

- доносить свою позицию в отношении здорового образа жизни до других;
- понимать позиции других;
- учиться выполнять различные роли в группах: лидера, исполнителя.

После окончания **IV года обучения** учащиеся должны

#### **Знать:**

- правила соревнований по спортивным играм;
- меры личной и общественной профилактики болезней;
- правила спортивных игр (футбол, волейбол);
- правила игры в шашки, шахматы;
- правила катания на санках, лыжах, коньках;
- основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой;
- значение питания, ЗОЖ, как фактора сохранения и укрепления здоровья;
- значение экологии для окружающей среды.

#### **Уметь:**

- подбирать и проводить спортивные и подвижные игры;
- играть по правилам в спортивные игры (футбол, баскетбол, волейбол);
- соблюдать меры личной и общественной профилактики болезней;
- соблюдать правила катания на санках, лыжах, коньках;
- соблюдать экологическую чистоту;
- вести здоровый образ жизни.

#### **Личностные результаты:**

- видеть важность в здоровом образе жизни;
- бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих;
- прогнозировать оценки одних и тех же ситуаций с позиции разных людей;
- учиться замечать и признавать расхождения своих поступков со своими заявленными позициями, взглядами, мнениями;
- осуществлять добрые дела полезные другим людям;
- объяснять смысл своих оценок, мотивов, целей.

#### **Метапредметные результаты:**

##### **1. Регулятивные УУД:**

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- составлять план выполняемой задачи совместно с учителем;
- составлять план выполнения задач, решения проблем творческого и поискового характера;

- работая по составленному плану использовать наряду с основными и дополнительные средства (справочная литература, средства ИКТ)
- использовать дополнительные средства получения информации;
- уметь оценивать себя.
- уметь соотносить результат своей деятельности с целью и оценить его;
- понимать причины своего неуспеха и находить способы выхода из этой ситуации.

## 2. Познавательные УУД:

- уметь перерабатывать полученную информацию;
- выбирать наиболее удобную для себя форму получения информации;
- осуществлять поиск информации с использованием ресурсов сети Интернет.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей, рисунков, схем.
- извлекать информацию, ориентироваться в своей системе знаний и осознавать необходимость нового знания.

## 3. Коммуникативные УУД:

- доносить свою позицию в отношении здорового образа жизни до других;
- понимать позиции других;
- учиться выполнять различные роли в группах: лидера, исполнителя, критика;
- учиться предвидеть (прогнозировать) последствия коллективных решений.

### Результатом практической деятельности можно считать следующее:

- Высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.
  - Среди учащихся начальных классов нет курящих детей.
  - Повышается активность учащихся в мероприятиях школы, класса, города.
  - Класс взаимодействует с младшими учащимися с целью просвещения и вовлечения в здоровый образ жизни, приглашают их на уроки здоровья, сценические выступления.
  - Классный руководитель координирует проектную работу учащихся, направленную сбор и оформление информации по темам укрепления здоровья.
  - Высокий уровень активности родителей по вопросам сохранения здоровья.
  - Намечены преемственные связи в содержании и методах воспитания в начальной школе и первого этапа воспитания в основной школе.

### Предполагаемый результат:

Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник начальной школы.

### Формы учета знаний и умений.

Программа внеурочной деятельности по спортивно – оздоровительному направлению предполагает вовлечение обучающихся в здоровьесберегающие практики. Контроль и оценка результатов освоения программы будет продуктивным в процессе организации следующих форм деятельности: спортивные эстафеты, турниры и соревнования, внеклассные мероприятия, конкурсы рисунков.

## Тематическое планирование по программе 1 класс – 33 часа

№ п/п	Форма работы	Тема	Кол - во часов
1	Беседа, экскурсия по школе и прилегающей к ней	«Поведение в школе, ознакомление с опасными местами в здании школы и	1



	территории.	вокруг нее».	
2	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Увернись от мяча»	1
3	Беседа	«Твой новый режим дня»	1
4	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Вороны и воробьи»	1
5	Экскурсия в осенний лес.	«Красота осенней природы».	1
6	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.	1
7	Внеклассное мероприятие	«Волшебница Гигиена»	1
8	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Паровозик» «Увернись от мяча»	1
9	Знакомство с настольными играми.	Шашки, шахматы	1
10	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Паровозик» «Вороны и воробьи»	1
11	Беседа	«Сменная обувь. Зачем она?»	1
12	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Ловишки-перебежки» «Паровозик»	1
13	Беседа. Час здоровья.	«Учимся не болеть»	1
14	Настольные игры.	Шашки, шахматы	1
15	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Первые снежки»	1
16	Спортивные соревнования	Весёлые старты	
17	Подвижные игры на свежем воздухе.	Строим снежную крепость	1
18	Подвижные игры на свежем воздухе.	Катание на санках. Игра в снежки.	1
19	Спортивные соревнования	Эстафета на санках.	1
20	Зимняя экскурсия.	«Красота зимней природы»	1
21	Беседа	«Польза и вред воды»	1
22	Подвижные игры на свежем воздухе.	Катание на санках. Игра в снежки.	1
23	Лыжная прогулка.	«Первые шаги»	1
24	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.	1
25	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.	1
26	Подвижные игры и упражнения с мячами.	«Звонкий мяч»	1
27	Динамическая прогулка.	«В гости к берёзкам».	1
28	Настольные игры.	Шашки, шахматы	1
29	Беседа	«Кто сколько жует – тот столько живет»	
30	Проведение внеклассного мероприятия	«Здоровье Планеты – наше здоровье»	1
31	Экскурсия в весенний лес.	Наблюдения за весенними изменениями в природе. Подвижные игры.	1
32	Динамическая прогулка на	Подвижные игры на берегу реки.	1

	водоём.		
33	Родительское собрание	«Впереди лето – возможности для отдыха в летнее время»	1

Тематическое планирование по программе  
2 класс – 34 часа

№ п/п	Форма работы	Тема	Кол - во часов
1	Беседа	« Режим дня »	1
2	Спортивные игры.	Учимся играть в волейбол.	1
3	Экскурсия в осенний лес.	«Красота осенней природы».	1
4	Спортивные игры.	Учимся играть в волейбол.	1
5	Занятие на футбольном поле	«Учимся играть в футбол»	1
6	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Белые медведи» «Донести рыбку»	1
7	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Белые медведи» «Донести рыбку»	1
8	Внеклассное мероприятие	«Я здоровье сберегу, сам себе я помогу»	1
9	Экскурсия на водоём	«Осторожно – тонкий лёд!»	1
10	Подвижные игры и упражнения со скакалками	«Веселая скакалка»	1
11	Настольные игры.	Шашки, шахматы, настольный теннис.	1
12	Внеклассное мероприятие	«Уроки безопасности пешехода».	1
13	Спортивные соревнования	Весёлые старты	1
14	Подвижные игры на свежем воздухе.	Строим снежную крепость	1
15	Просмотр и обсуждение мультфильмов про Смешариков .	«Смешное и поучительное»	1
16	Спортивные соревнования	Эстафета на санках.	1
17	Зимняя экскурсия .	Зимние забавы	1
18	Беседа – игра. Выставка рисунков.	«Страна Болочка»	1
19	Подвижные игры на свежем воздухе.	Катание на санках. Игра в снежки.	1
20	Упражнения и игры на хоккейной коробке	Разминка на катке.	1
21	Лыжная прогулка.	«Скользкая лыжня»	1
22	Лыжная прогулка	Повороты	1
23	Упражнения и игры на хоккейной коробке	Скольжение на коньках	1
24	Настольные игры.	Шашки, шахматы	1
25	«День Здоровья»	Катание на санках, лыжах, коньках	1
26	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе	Разучивание подвижных игр	1
27	Час здоровья. Учимся узнавать действия своего организма	«Я и мои привычки»	1

28	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе	Русская народная игра «Краски» «Черепаша-путешественница»	1
29	Час здоровья. Беседа – игра.	«Мой друг – велосипед»	1
30	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Белые медведи» «Донести рыбку»	1
31	Экскурсия в весенний лес.	Весенние изменения в природе	1
32	Динамическая прогулка на водоём.	Подвижные игры на берегу реки.	1
33	Эстафета.	Полоса препятствий Упражнения в равновесии	1
34	.Родительское собрание	«Компьютер в семье. Польза и вред.»	1

Тематическое планирование по программе  
3 класс – 34 часа

№ п/п	Форма работы	Тема	Кол - во часов
1	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Петушиный бой» «Донести рыбку»	1
2	Динамическая прогулка на водоём.	Подвижные игры на берегу реки.	1
3	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма	«Уроки хорошего поведения».	1
4	Экскурсия в осенний лес.	«Осенние изменения в живой и неживой в природе».	1
5	Занятие на футбольном поле	Игра в футбол.	1
6	Занятие на футбольном поле	Игра в футбол.	1
7	Экологическая экскурсия.	«Чистый район».	1
8	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Попади в след» «На одной ноге»	1
9	Внеклассное мероприятие	«Правила здоровья»	1
10	Подвижные игры и упражнения с обручами.	Подвижные игры и упражнения с обручами	1
11	Час здоровья.	«Одевайся по погоде».	1
12	Подвижные игры и упражнения с мячами.	«Звонкий мяч»	1
13	Час настольных игр.	Шашки, шахматы	1
14	Эстафеты с предметами.	«Кто быстрее?»	1
15	Подвижные игры на свежем воздухе.	Катание на санках. Игра в снежки.	1
16	Час здоровья.	«Вредные привычки».	1
17	Украшение школьного двора к празднику.	Лепка снежных фигур.	1
18	Зимняя экскурсия.	«Как живешь, сосенка?»	1
19	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Снежный гороскоп».	1
20	Внеклассное мероприятие.	«Зимняя сказка».	1
21	Катание на лыжах	Катание на лыжах	1
22	Катание на коньках	Катание на коньках	1
23	Эстафеты на лыжах.	Эстафеты на лыжах.	1
24	Час здоровья.	«Гимнастика для глаз» «Гимнастика для осанки».	1

25	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Два Мороза». «Снежные узоры».	1
26	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Снежный бой».	1
27	Шахматно-шашечный турнир.	Шахматно-шашечный турнир.	1
28	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Игра в снежки». «Два мороза» «Собери орехи»	1
29	Час настольных игр.	Шашки, шахматы.	1
30	Экологическая прогулка.	«День птиц».	1
31	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.	«Улица полна неожиданностей».	1
32	Внеклассное мероприятие.	«Путешествие в страну Витаминию».	1
33	Подвижные игры на свежем воздухе	«Повяжу я шелковый платочек»	1
34	Инструктаж по ТБ во время каникул. Родительское собрание	«Отдых на природе. Что делать с мусором?»	1

Тематическое планирование по программе  
4 класс – 34 часа

№ п/п	Форма работы	Тема	Кол - во часов
1	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Пролезь сквозь мешок» «Землемеры»	1
2	Экскурсия в осенний лес.	«Ядовитые растения и грибы».	1
3	Динамическая прогулка.	«Бег и ходьба – два слагаемых здоровья».	1
4	Занятие на футбольном поле	Игра в футбол.	1
5	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.	«Первая помощь утопающему».	1
6	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Шлепанки» «Большой мяч»	1
7	Экологический час.	Сказка «Старик и Сова».	1
8	Подвижные игры и упражнения с мячами.	«Звонкий мяч»	1
9	Час здоровья.	«Профилактика гриппа».	1
10	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Прятки» «Перехватчики»	1
11	Конкурс рисунков.	«Что такое ЗОЖ?»	1
12	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Мельница» «Перехватчики»	1
13	Эстафеты с предметами	Эстафеты с предметами	1
14	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Второй лишний» «Мельница»	1
15	Украшение школьного двора к празднику.	Оформление снежных фигур.	1
16	Спортивные соревнования.	Эстафета на лыжах.	1
17	Зимняя экскурсия.	«Снежное покрывало»	1
18	Катание на лыжах	Катание на лыжах	1
19	Шахматно-шашечный турнир.	Шахматно-шашечный турнир	1

20	Эстафеты на лыжах.	Эстафеты на лыжах	1
21	Час здоровья.	«Береги здоровье смолоду».	1
22	Катание на коньках	Катание на коньках	1
23	Катание на коньках	Катание на коньках	1
24	Час настольных игр.	Шашки, шахматы.	1
25	Экологический десант.	«Что осталось после зимы?»	1
26	Подвижные игры на свежем воздухе	Подвижные игры на свежем воздухе	1
27	Весенняя экскурсия.	«Следы».	1
28	Час здоровья.	«Как правильно купаться и загорать».	1
29	Подвижные игры на свежем воздухе.	Подвижные игры на свежем воздухе	1
30	Конкурс рисунков	«Злые колдуны Алкоголь и Никотин»	1
31	Игры на воздухе	Волшебный солнца свет	1
32	Игра - путешествие	Путешествие в страну Здорового Образа Жизни	1
33	Спортивная игра – поиск клада	«Остров Здоровья»	1
34	Родительское собрание	Инструктаж по ТБ во время каникул	1

#### Список литературы.


1. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.
2. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
3. Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, 2007 г., - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)
4. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
5. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2004. – 124 с.
6. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
7. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
8. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
9. Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 - 2003, с.57.
10. <http://www.rusedu.ru/detail>
11. Сеть творческих учителей – [http://www.it-n.ru/board.aspx?cat\\_no](http://www.it-n.ru/board.aspx?cat_no)
12. Фестиваль педагогических идей <http://festival.1september.ru/articles/509616/>



Лист согласования к документу № 575 от 18.04.2024  
Инициатор согласования: Гатина С.А. Директор  
Согласование инициировано: 18.04.2024 14:46

**Лист согласования**

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Гатина С.А.		 Подписано 18.04.2024 - 14:46	-