МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ г. УЛЬЯНОВСКА «ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА № 2»

Принята на заседании

педагогического совета

от 27 мая 2025 г.

Протокол № 3

Утверждаю

Директор

МБУ ДО г. Упьяновска «ЦДТ №2»

Полянская П. Полянская

Приказ №150 от 29 мая 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА социально-гуманитарной направленности «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок»

Объединение «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок»

Срок реализации программы - 4 года Возраст обучающихся: 7 -10 лет

Программа разработана педагогом дополнительного образования Шурбиной Галиной Васильевной высшая квалификационная категория

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1 Пояснительная записка
- 1.2 Цель и задачи программы
- 1.3 Содержание программы
- 1.4 Содержание учебного плана по 1,2,3,4 годам обучения
- 1.5 Планируемые результаты

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

- 2.1 Календарный учебный график по 1,2,3,4 годам обучения
- 2.2 Условия реализации программы
- 2.3 Формы аттестации
- 2.4 Оценочные материалы
- 2.5 Методические материалы
- 2.6 Список литературы
- 2.7 Приложения

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Здоровый ребёнок — успешный ребёнок» разработана для предоставления образовательных услуг обучающимся младшего школьного возраста (7 - 10 лет) в условиях МБУ ДО г.Ульяновска «ЦДТ №2».

Дополнительная общеразвивающая программа «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок» социально-педагогической направленности.

Уровень программы **стартовый** (1 класс), **базовый** (2, 3, 4 классы). Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы — общая физическая подготовка.

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее ФЗ № 273),
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 №09-3242. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.
- СанПин 2.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
 - Устав МБУ ДО г.Ульяновска «ЦДТ №2».
 - Положение об объединении (локальный акт).

Актуальность данной программы заключается в необходимости вооружить обучающихся младшего школьного возраста знаниями по здоровьесбережению. Материал программы **«Здоровый ребёнок – успешный ребёнок»** должен способствовать воспитанию у обучающихся привычек здорового образа жизни, формированию навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья, на овладение способами оздоровительно-физкультурной деятельности.

Отличительная особенность программы.

Программа ориентирована не только на усвоение обучающимися знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных обучающимся знаний и представлений в его реальном поведении. Педагог учитывает, что обучающийся, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье.

Адресат программы.

Программа предназначена для проведения занятий с обучающимися 1-4 классов (7-10 лет)

Объем программы. Данная программа обучения рассчитана на 576 часов за 4 года обучения — 144ч в год, необходимых для освоения программы.

Формы обучения и виды занятий

Программа рассчитана на очную форму обучения (с учетом Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации") и включает 144 занятия в год (теории и практики).

Основные формы

- Игры-беседы
- Рассуждения-диалоги

- Игры-практикумы
- > Спортивные соревнования
- > Творческие задания
- > Занятия-экскурсии
- ▶ Викторины и конкурсы

В работе по содержанию возможны следующие виды деятельности:

- выполнение практических работ
- составление таблиц, рисунков, плакатов о ЗОЖ
- устные дискуссии
- парная работа и работа в группах
- работа со справочной литературой, энциклопедиями, ресурсами Internet
- наблюдения во время экскурсий

Обучение в объединении очное, групповое.

Срок реализации программы: 4 года обучения.

Режим занятий. Занятия проводятся 4 раза в неделю, продолжительностью 1 астрономический час (45 минут занятие, 15 мин перерыв).

Количество обучающихся в группе составляет 15 человек. СанПин 2.4.3172-14.

Зачисление в объединение осуществляется на основании заявления от родителей (законных представителей) и заключения договора без предъявления требований к знаниям, умениям, навыкам. (Приказ № 1008, n.7).

Инновационность и дополнительность программы заключаются в том, что

культура поведения, беседы о здоровом образе жизни, изучение подвижных игр, физическое развитие, практические умения проходят через использование интерактивных технологий: проблемный, мозговой штурм, критическое мышление, деловые и ролевые игры, пирамида Блума и многое другое.

Отсутствие и недостаточное количество в действующих программах по физической культуре таких разделов как «Правила дорожного движения», «Настольные игры», «Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма» и других, имеют поверхностное формирование навыков обучающихся при решении данных задач.

Из выше перечисленного можно сделать вывод о необходимости дополнительного, детального изучения данных тем в связи с актуальностью данной образовательной программы для:

- 1. формирования осознанного выбора здоровьесберегающих, информационно коммуникационных технологий;
- 2. развития у обучающихся основных компетентностей: умение общаться в коллективе, слушать друг друга, высказывать свое мнение, уважать своего собеседника, что помогают детям научиться устанавливать контакт со сверстниками;

устраняют скованность, чрезмерную стеснительность, боязнь коллектива.

1.2 Цель и задачи программы.

Цель: формирования у младших школьников положительного отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи:

Обучающие:

- обогатить словарный запас обучающегося терминами из области анатомии и физиологии человека;
 - расширить представление обучающихся о дорожной среде;

- систематизировать знания о правилах питания и личной гигиене;
- научить ориентироваться в экстремальных ситуациях.

Развивающие:

- развивать у обучающихся потребности в создании здоровой окружающей среды в социуме, школе и семье;
 - развивать элементарные представления о структуре и функциях тела;
- развивать познавательные психические процессы (восприятие, внимание, воображение, мышление, память, речь).

Воспитательные:

- способствовать формированию ответственного поведения к своему здоровью;
- формировать установку на здоровый образ жизни;
- стимулировать открытость при разговоре о вредных привычках;
- усилить связь между знаниями о своем здоровье, отношении к нему и поведением;
- воспитывать эстетический вкус и аккуратность;
- установить положительную психологическую атмосферу в коллективе.

Здоровьесберегающие:

- приобщать к здоровому образу жизни;
- обеспечивать эмоциональное благополучие обучающихся;
- укреплять психическое и физическое здоровье воспитанников
- профилактика заболеваний, укрепление здоровья, поддержание высокой работоспособности обучающихся.

1.3 Содержание программы

Учебный план 1 год обучения (стартовый)

1-ый модуль (64 ч.)

No	Название раздела,	Количе	ство часо	В	Формы	Формы
п/п	темы	Всего	Теория	Практик	организаци	аттестации
				a	и занятий	(контроля)
1			Введени	е - 2часа		
	Вводное занятие.	2	1	1		Беседа,
	Оборудование зала для					экскурсия по
	занятий. Инструктаж					школе и
	по техника					прилегающей к
	безопасности. Входная					ней
	диагностика.					территории,
						входная
						диагностика
2	П	равила д	орожного	движения -	- 14часов.	
	Безопасный маршрут от дома до школы.	2	1	1		Наблюдение. Составление и
	Улица, транспорт, пешеходы.	2	1	1		работа с
	Регулируемые и	2	1	1		сигнальными
	нерегулируемые					карточками и
	пешеходные					схемами
	переходы.					
	Скрытая опасность.	3	1	2	1	
	В общественном	2	1	1		
	транспорте.					
	Просто это знак	3	2	1		
	такой. Дорожная азбука.					
3		Э	кскурсии	- 10 часов.		

	Культура поведения	1		1	Экскурсия	Наблюдение,
	во время экскурсии. Наблюдения за	4	1	2	-	обсуждение
	изменениями в	4	1	3		
	природе.					
	Как одеваться правильно?	2	1	1		
	Что нас окружает.	3	1	2	-	
4	Просмотр и обс	vждение	фрагмен	га обучаюш	его фильма – 1	14 часов.
	Уроки тетушки Совы.	3	2	1		Наблюдение,
	Из жизни героев	3	1	2	-	внешний
	мультфильма	_				контроль,
	«Смешарики».					анализ и
	Азбука безопасности.	4	2	2	=	обсуждение
	Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.	4	2	2		остумдение
5	питериет ресурсов.	Бе	селы о ЗС) Ж – 24 часа	<u> </u>	
	Как здоровье?	2	1	1		Просмотр и
	Режим школьника.		-	_		обсуждение
	Причины болезней.	2	1	1		учебно-
	Травмы.	2	1	1	_	познавательны
	Отравления.	2	1	1		х фильмов,
	Кто нас лечит?	2	1	1		выставка
	Как организм	2	1	1		рисунков на
	помогает себе сам?	2	1	1	_	тему о ЗОЖ.
	Вредные привычки. Как уберечься от	2	1	1	-	
	мороза.			1		
	Компьютерная безопасность.	2	1	1		
	Расти здоровым.	3	1	2		
	Я выбираю движение. Воспитай себя.	3	1	2		
6			•	(00)	•	•
	Пол			уль (80ч.)	25 wasan	
	Правила и условия	<u>цвижные</u> 5	<u>игры и у</u>	пражнения - 4	– 35 часов. 	11.6
	проведения подвижных игр.	3	1	4		Наблюдение, анализ
	Игры разных	5	1	4	_	
	народов.					
	Игры со скакалкой, мячом, обручами.	5	1	4		
	Игры и упражнения	5	1	4		
	на формирование и					
	развитие умений					
	концентрировать,					
	Упражнения и игры	5	1	4		
	для профилактики					
	нарушений осанки.					
	Упражнения и игры	5	1	4	1	
	на равновесие.	~	1		4	
	Психологические и ролевые игры.	5	1	4		
7		Насто	льные иі	ры – 12ч ча	cob.	
	Развивающие	4	1	3		
	Настольные игры		4	2	4	
	Игры на развитие внимания.	4	1	3		
	Профориентационные	2	1	1	1	
	игры					

	Соревнования.	2		2	
8		Спор	тивные и	гры – 17 часо	В.
	Игры на футбольном поле, хоккейной площадке.	5	1	4	Наблюдение, анализ
	Игры с элементами баскетбола, волейбола	5	1	4	
	Эстафеты	2		2	
	Школа мяча	1		1	
	Сезонные игры	4	1	3	
9		Спортив	вные соре	внования – 5 ч	часов.
	Веселые старты.	2		2	Наблюдение,
	Эстафеты.	2		2	анализ
	Спортивные соревнования между классами с привлечением родителей.	1		1	
10		Акт	ивный от	дых – 9 часов	•
	Часы здоровья.	3	1	2	Наблюдение,
	Игры народов России.	2		2	анализ
	Игры народов мира.	2		2	
	Экскурсия за пределы школьного участка.	2		2	
11		Ит	оговое заг	нятие – 2 часа	•
	Итоговое занятие	2	1	1	Итоговый контроль, диагностика
	Итого часов: 144 часа				

1.4 Содержание учебного плана 1 год обучения (стартовый)

1-ый модуль (64ч.)

Раздел 1. Введение.2 часа

Теория:

Вводное занятие. Оборудование зала для занятий. Требования к поведению учащихся во время занятий, выполнение правил по технике безопасности на площадке, в спортивном зале, на улице, во время экскурсии.

Практика:

- Выполнение правил по технике безопасности на площадке, в спортивном зале, на улице, во время экскурсии, проведении подвижных игр.
 - Подвижные игры на сближение.

Формы контроля: входная диагностика, фронтальный опрос.

Раздел 2.Правила дорожного движения – 14 часов.

Теория:

Безопасный маршрут от дома до школы. Улица, транспорт, пешеходы. Регулируемые и нерегулируемые пешеходные переходы. Скрытая опасность. Азбука безопасности на дороге. В общественном транспорте. Просто это знак такой. Дорожная азбука.

Практика:

Составление схемы движения обучающегося от дома до школы «Мой безопасный маршрут от дома до школы». Просмотр обучающих фильмов по правилам дорожного движения.

Беседы: «Регулируемые и нерегулируемые пешеходные переходы», «Детские игры и дорога».

Формы контроля: кроссворды, ребусы, головоломки по ПДД.

Раздел 3. Экскурсии – 10 часов.

Теория:

Культура поведения во время экскурсии. Наблюдения за изменениями в природе. Как одеваться правильно? Что нас окружает.

Практика:

Экскурсия на пришкольный участок «Осенние изменения в природе».

Экскурсия на берег реки - наблюдение за природой, осенние изменения.

Экскурсия на водоём - жизнь осеннего водоёма.

Зимняя экскурсия - наблюдения «Деревья зимой».

Экскурсия - лыжная прогулка.

Экскурсия в школьный сад - наблюдение за весенними изменениями в природе.

Экскурсия на берег реки - наблюдение за природой, весенние изменения.

Экскурсия «Лето красное, мы ждём тебя!».

Экскурсия за пределы школьной территории.

Формы контроля: устный опрос, практическая работа.

Раздел 4. Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма – 14 часов.

Теория:

Уроки тетушки Совы. Азбука безопасности. Из жизни героев мультфильма «Смешарики». Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.

Практика:

Просмотр и обсуждение учебно-познавательных фильмов:

- «Азбука безопасности на дороге».
- «Уроки осторожности».
- ➤ «Травмы».
- Уроки Тётушки Совы «Строение тела человека».

- «Надежная защита организма».
- > «Что такое чрезвычайная ситуация».
- «Правила дорожного движения».
- ➤ «Я и мои поступки».
- > «Вредные привычки».
- «Как вести себя, когда один дома».
- «Дорожная азбука».
- ➤ «Осторожно ледоход!».
- **«Как ты познаешь мир».**

Формы контроля: защита творческих работ, тестирование.

Раздел 5. Беседы о ЗОЖ – 24 часа.

Теория:

Режим школьника. Как здоровье? Причины болезней. Травмы. Отравления. Кто нас лечит. Как организм помогает себе сам. Вредные привычки. Как уберечься от мороза. Компьютерная безопасность. Расти здоровым. Я выбираю движение. Воспитай себя.

Практика:

Просмотр и обсуждение учебно-познавательных фильмов.

Беседы: Как здоровье?, «Причины болезней», «Вредные привычки», «Улица, транспорт, пешеходы», «Осторожно – ледоход!», «Тонкий лед», «Безопасное поведение во время подвижных игр в зимний период», «Детские игры и дорога», «Как изменить настроение», «Впереди лето – возможности для отдыха в летнее время», «Расти здоровым», «Воспитай себя».

Просмотр фильма по правилам дорожного движения.

Рисование героев, выставка рисунков на тему о ЗОЖ.

Советы Владимира Маяковского

Формы контроля: практическая работа, соревнование, кроссворды.

2-ой модуль (80ч.)

Раздел 1. Подвижные игры и упражнения – 35 часов.

Теория:

Правила и условия проведения подвижных игр. Взаимодействие в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. Использование подвижных игр для организации активного отдыха и досуга.

Адекватные решения в условиях игровой деятельности. Моделирование игровой ситуации.

Выбор в игре оптимальных форм поведения во взаимоотношениях с одноклассниками, друзьями, взрослыми.

Правила и условия проведения ролевых и психологических игр. Взаимодействие в парах и группах при проведении ролевых и психологических игр.

Правила техники безопасности и этикета в условиях игровой деятельности и в жизни.

Практика:

Игровые упражнения: «Пустое место», «Веселые краски», «Третий лишний», «Играем в пионербол».

Игры и упражнения со скакалками «Рыбак и рыбки», «Воробышки», «Казаки - разбойники», «Салочки»

Прыжки через скакалку, «Самый гибкий», «Удочка».

Подвижные игры на свежем воздухе: «Третий лишний», «Хвост дракона», футбол, «Сбей кегли», «Меткий стрелок», «Картошка», «Платочек», «Белые кораблики», «День - ночь»; «Перебежки», «Светофор», «Снежный гороскоп», «Салочки со снежками», катание на санках, игра в снежки, «На ледяной дорожке», «Перебежки», «Кладоискатели», «Кораблекрушение», «Море волнуется», «Самый внимательный», игра в волейбол;

«Краски», «Выгони мяч», «Птицелов», «Играем в пионербол», «Найди свой цвет», «Веселые краски»

Игры на внимание: «Чей голос?», «Три мудреца», «Что изменилось?».

Упражнения на прыжки «Классы – классики.

Упражнения для правильной осанки.

Зимние игры и забавы.

Русские народные игры.

Игры народов Поволжья.

Игры на внимание: «Чей голос?», «Три мудреца», «Что изменилось?».

Упражнения с мячом.

Игры на прыжки.

Игра – обсуждение: «Как организм помогает себе сам»

Формы контроля: фронтальный опрос, практическое занятие.

Раздел 2. Настольные игры – 12 часов.

Теория:

Знакомство, практикумы и соревнования с настольными играми: шашки, шахматы, домино, лото, развивающие и профориентационные настольные игры.

Практика:

- «Веселое домино», «шашки», «шахматы», лото.
- Соревнования.
- Игры на развитие внимания «Что изменилось?», «Что лишнее?».
- Профориентационные игры: «Кто построил этот дом?», игра профлото «Строители», «Кто нас кормит».

Формы контроля: соревнование, викторина.

Раздел 3. Спортивные игры – 17 часов.

Теория:

Игры на футбольном поле, хоккейной площадке. Игры с элементами баскетбола, волейбола.

Практика:

Занятие на футбольном поле «Учимся играть в футбол»

Игры и упражнения с мячом.

Школа мяча

Игры с мячом «Сбей кегли», «Меткий стрелок», «Перебежки».

Зимний футбол.

Эстафете на санках.

Занятия по броскам снежками в цель.

Упражнения и игры на свежем воздухе.

Формы контроля: практические занятия, эстафеты, соревнования.

Раздел 4. Спортивные соревнования – 5 часов.

Веселые старты. Эстафеты. Спортивные соревнования между классами с привлечением родителей. Соревнование по шашкам.

Раздел 5. Активный отдых – 9 часов.

Теория:

Игры и упражнения на свежем воздухе.

Практика:

Часы здоровья: «Травмы», «Наши враги грипп и простуда», «Гимнастика для глаз», «Правильная осанка», «Компьютерная безопасность».

Игры народов России.

Игра в снежки, катание с горки.

Игры народов мира.

Экскурсия за пределы школьного участка.

Игры: «Лесное царство», «У медведя на бору».

Импровизированный спектакль «Сказка здоровья».

Игры и упражнения на свежем воздухе: «По тропинке», «Поезд»

Формы контроля: практические занятия, эстафеты, соревнования.

Раздел 6. Итоговое занятие – 2 часа

Итоговое занятие. Повторение и обобщение изученного материала Итоговая диагностика.

Формы контроля: отчёт, итоговая диагностика.

1.5. Планируемые результаты.

1-ый модуль (64ч.)

В ходе освоения обучающимися данной программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи.

Учащиеся получат возможность научиться:

– выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- понимать цель выполняемых действий;
- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания.

Учащиеся получат возможность научиться:

- продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
 - объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;

Познавательные

Учащиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

Учащиеся получат возможность научиться:

- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- рассказывать о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
 - договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получат возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений.

Личностные результаты:

У учащихся будет сформировано:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья;

2-ой модуль (80ч)

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
 - о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
 - основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

Учащиеся получат возможность научиться:

– выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
 - вносить коррективы в свою работу.

Учащиеся получат возможность научиться:

- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
 - координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
 - организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

Познавательные

Учащиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

Учащиеся получат возможность научиться:

- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- рассказывать о профилактике нарушений осанки и зрения;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
 - договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получат возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений.

Личностные результаты:

У учащихся будет сформировано:

- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей во всех его проявлениях;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении их здоровья во всех его проявлениях.

2. Комплекс организационно – педагогических условий. 2.1 Календарный учебный график 1 год обучения (стартовый)

1-ый модуль (64ч.)

No॒	Месяц	Чис ло	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место прове	Формы отчетност
			занятия				дения	И
				едение. 2	наса			
1.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	Вводное занятие. Оборудование зала для занятий. Инструктаж по технике безопасности.	Класс ная комна та	Внешний контроль
2.	сентябрь		14.30-15.30	Анкетир ование	1	Входная диагностика.	Класс ная комна та	диагност ика
		ı	Правила	дорожног	о движен	ия – 14часов	•	1
3.	сентябрь		14.30-15.30	Дискусс ия	1	Безопасный маршрут от дома до школы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
4.	сентябрь		14.30-15.30	Игра	1	Безопасный маршрут от дома до школы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
5.	сентябрь		14.30-15.30	Практич еская работа	1	Улица, транспорт, пешеходы.	Класс ная комна та	Практиче ская работа
6.	сентябрь		14.30-15.30	Виктори на	1	Улица, транспорт, пешеходы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
7.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	Регулируемые и нерегулируемые пешеходные переходы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
8.	сентябрь		14.30-15.30	Игра- практик ум	1	Регулируемые и нерегулируемые пешеходные переходы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
9.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	Скрытая опасность.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
10.	сентябрь		14.30-15.30	Дискусс ия	1	Скрытая опасность.	Класс ная комна	Внешний контроль, самоконт

						та	роль
11.	сентябрь	14.30-15.30	Ролевая	1	Скрытая	Класс	Внешний
			игра		опасность.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
12.	сентябрь	14.30-15.30	Беседа	1	В общественном	Класс	Внешний
					транспорте.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
13.	октябрь	14.30-15.30	Виктори	1	В общественном	Класс	Внешний
			на		транспорте.	ная	контроль,
						комна	самоконт
	_	11.00.15.00	-		-	та	роль
14.	октябрь	14.30-15.30	Беседа	1	Просто это знак	Класс	Внешний
					такой. Дорожная	ная	контроль,
					азбука.	комна	самоконт
1.5	~	14 20 15 20	П	1	П	та	роль
15.	октябрь	14.30-15.30	Практич	1	Просто это знак	Класс	Практиче
			еская		такой. Дорожная	ная	ская
			работа		азбука.	комна	работа
16.	orena 6 px	14.30-15.30	Игро	1	Просто ото руку	та Класс	Urno
10.	октябрь	14.50-15.50	Игра	1	Просто это знак		Игра
					такой. Дорожная	ная	
					азбука.	комна та	
	октябрь			1		l 1a	
17.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Культура	Школ	Внешний
		1.100 10.00	ИЯ	-	поведения во	ьный	контроль,
					время экскурсии.	двор	самоконт
						1	роль
18.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Наблюдения за	Школ	Внешний
	_		ия		изменениями в	ьный	контроль,
					природе.	двор	самоконт
							роль
19.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Наблюдения за	Школ	Внешний
			ия		изменениями в	ьный	контроль,
					природе.	двор	самоконт
							роль
20.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Наблюдения за	Школ	Внешний
			Р В В В В В В В В В В В В В В В В В В В		изменениями в	ьный	контроль,
					природе.	двор	самоконт
21	_	14.00.17.00	n	1	II C	777	роль
21.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Наблюдения за	Школ	Внешний
			ИЯ		изменениями в	ьный	контроль,
					природе.	двор	самоконт
22.	OKTEGOT.	14.30-15.30	Arorana	1	Kar oronam ag	Школ	роль Внешний
<i>LL</i> .	октябрь	14.50-13.50	Экскурс ия	1	Как одеваться правильно?	ьный	
			Y171		IIhadailipho;		контроль, самоконт
						двор	роль
23.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Как одеваться	Школ	Внешний
43.	октиорь	14.50-13.50	Укскурс ия	1	правильно?	ьный	контроль,
			11/1		iibanunnio:	двор	самоконт
						двор	роль
						I	hour

24.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Что нас	Школ	Внешний
	скілеры	11130 13130	ия		окружает.	ьный	контроль,
						двор	самоконт
						, , 1	роль
25.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Что нас	Школ	Внешний
			ИЯ		окружает.	ьный	контроль,
						двор	самоконт
							роль
26.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Что нас	Школ	Внешний
			ия		окружает.	ьный	контроль,
						двор	самоконт
	-	<u> </u>					роль
25		р и обсуждение фра		i e	T .	1	- V
27.	октябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Уроки тетушки	Класс	Внешний
			ри		Совы.	ная	контроль,
			обсужде			комна	самоконт
			ние			та	роль
28.	октябрь	14.30-15.30	фильма Просмот	1	Уроки тетушки	Класс	Внешний
20.	адоктяю	14.50-15.50	ри	1	Совы.	ная	контроль,
			обсужде		Совы.	комна	самоконт
			ние			та	роль
			фильма			100	Post
29.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Уроки тетушки	Класс	Внешний
	1		ри		Совы.	ная	контроль,
			обсужде			комна	самоконт
			ние			та	роль
			фильма				
30.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Из жизни героев	Класс	Внешний
			ри		мультфильма	ная	контроль,
			обсужде		«Смешарики».	комна	самоконт
			ние			та	роль
21	_	14 20 15 20	фильма	1	11	TC	D v
31.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Из жизни героев	Класс	Внешний
			ри		мультфильма	ная	контроль,
			обсужде ние		«Смешарики».	комна	самоконт
			фильма			та	роль
32.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Из жизни героев	Класс	Внешний
32.	lionopb	11.50 15.50	ри		мультфильма	ная	контроль,
			обсужде		«Смешарики».	комна	самоконт
			ние		1	та	роль
			фильма				
33.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Азбука	Класс	Внешний
			ри		безопасности.	ная	контроль,
			обсужде			комна	самоконт
			ние			та	роль
		1100:55	фильма			10	D
34.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Азбука	Класс	Внешний
			ри		безопасности.	ная	контроль,
			обсужде			комна	самоконт
			ние			та	роль
35.	ноябрь	14.30-15.30	фильма Просмот	1	Азбука	Класс	Внешний
<u> </u>	ацокоп	14.50-15.50	Просмот	1	тзоука	Miace	Присшнии

			р и обсужде ние		безопасности.	ная комна та	контроль, самоконт роль
36.	ноябрь	14.30-15.30	фильма Просмот р и обсужде ние фильма	1	Азбука безопасности	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
37.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
38.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
39.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
40.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
]	Беседы о ЗС)Ж – 24 ч	iaca.	'	1
41.	ноябрь	14.30-15.30	Дискусс ия	1	Как здоровье?	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
42.	ноябрь	14.30-15.30	Игра	1	Режим школьника.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
43.	ноябрь	14.30-15.30	Практич еская работа	1	Причины болезней.	Класс ная комна та	Практиче ская работа
44.	ноябрь	14.30-15.30	Виктори на	1	Причины болезней.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
45.	ноябрь	14.30-15.30	Беседа	1	Травмы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
46.	ноябрь	14.30-15.30	Игра- практик ум	1	Травмы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль

47.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Отравления.	Класс	Внешний
						ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
48.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс	1	Отравления.	Класс	Внешний
			ия			ная	контроль,
						комна	самоконт
40	~	14 20 15 20	D	1	10 0	та	роль
49.	декабрь	14.30-15.30	Ролевая	1	Кто нас лечит?	Класс	Внешний
			игра			ная	контроль,
						комна	самоконт
50.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Кто нас лечит?	та Класс	роль Внешний
50.	декаорь	14.50-15.50	Всседа	1	Кто нас лечит:	ная	контроль,
						Комна	самоконт
						та	роль
51.	декабрь	14.30-15.30	Виктори	1	Как организм	Класс	Внешний
	декаоры	11.30 13.30	на	•	помогает себе	ная	контроль,
			1100		сам?	комна	самоконт
						та	роль
52.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Как организм	Класс	Внешний
	1				помогает себе	ная	контроль,
					сам?	комна	самоконт
						та	роль
53.	декабрь	14.30-15.30	Практич	1	Вредные	Класс	Практиче
			еская		привычки.	ная	ская
			работа			комна	работа
						та	
54.	декабрь	14.30-15.30	Игра	1	Вредные	Класс	Игра
					привычки.	ная	
						комна	
	<u> </u>	14 20 15 20	П	1	10 0	та	D v
55.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс	1	Как уберечься от	Класс	Внешний
			RИ		мороза.	ная	контроль,
						комна та	самоконт
56.	декабрь	14.30-15.30	Игра	1	Как уберечься от	Класс	роль Внешний
50.	декаорь	14.50-15.50	riipa	1	мороза.	ная	контроль,
					мороза.	комна	самоконт
						та	роль
57.	декабрь	14.30-15.30	Практич	1	Компьютерная	Класс	Внешний
	, , P =	1	еская	-	безопасность.	ная	контроль,
			работа			комна	самоконт
			*			та	роль
58.	декабрь	14.30-15.30	Виктори	1	Компьютерная	Класс	Внешний
			на		безопасность.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
59.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Расти здоровым.	Класс	Внешний
						ная	контроль,
						комна	самоконт
		44.00 17.77	**		, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	та	роль
60.	декабрь	14.30-15.30	Игра-	1	Расти здоровым.	Класс	Внешний
			практик			ная	контроль,

			ум			комна	самоконт
						та	роль
61.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Расти здоровым.	Класс	Внешний
						ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
62.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс	1	Я выбираю	Класс	Внешний
			ия		движение.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
63.	декабрь	14.30-15.30	Ролевая	1	Воспитай себя.	Класс	Внешний
			игра			ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
64.	январь	14.30-15.30	Беседа	1	Я выбираю	Класс	Внешний
					движение.	ная	контроль,
					Воспитай себя.	комна	самоконт
						та	роль

Итого: 64 часа

2-ой модуль (80ч.) Подвижные игры и упражнения – 35 часа.

1. январь 14.30-15.30 Инструк таж, беседа 1 Правила и условия ивный контроль, самоконт роль Внешний контроль, самоконт роль 2. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, самоконт подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 3. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, самоконт подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 4. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, самоконт подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, самоконт подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных проведения подвижных игр. Спорт народов. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт народов. Внешний контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт Вне			подвижные и	- кинэнжі	- 33 4aca.			
Сеседа Проведения подвижных игр. Зал Самоконт роль	1.	январь	14.30-15.30	Инструк	1	Правила и	Спорт	Внешний
2. январь				таж,		условия	ивный	контроль,
2. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. Спорт условия подвижных игр. зал самоконт роль самоконт подвижных игр. 3. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный проведения подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 4. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный проведения зал самоконт подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, самоконт подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных игр. Спорт народов. Внешний контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт одмоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт одмоконт роль				беседа		проведения	зал	самоконт
3. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. 3. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. 4. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. 5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. 5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. 5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных игр. 6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных игр. 6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных игр. 14.30-15.30 Игра 14.30-15						подвижных игр.		роль
3. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, проведения подвижных игр. 1 Правила и условия ивный контроль, проведения подвижных игр. 1 Правила и условия ивный контроль, проведения подвижных игр. 1 Правила и условия ивный контроль, проведения подвижных игр. 1 Правила и условия ивный контроль, проведения подвижных игр. 1 Правила и условия ивный контроль, проведения подвижных игр. 1 Игры разных игр. 1 1 Игры разных игр. 1 1 1 1 1 1 1 1 1	2.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
3. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, проведения подвижных игр. 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных инвный контроль, самоконт подвижных игр. 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных инвный контроль, самоконт роль 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных инвный контроль, самоконт роль 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных инвный контроль, самоконт роль 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных инвный контроль, самоконт роль 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных инвный контроль, самоконт роль 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных инвный контроль, самоконт роль 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных инвный контроль, самоконт роль 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний контроль, самоконт роль 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний 14.30-15.30 Игра 1 Игра 14.30-15.30 Игра 1 Игра 14.30-15.30 Игра 1 Игра 14.30-15.30 Игра 14.30-15.30						условия	ивный	контроль,
3. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. Спорт зал самоконт роль самоконт подвижных игр. 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. Спорт зал самоконт подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, проведения подвижных игр. Спорт внешний контроль, самоконт подвижных игр. 6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт внешний контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт внешний контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт внешний контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт внешний контроль, самоконт роль						проведения	зал	самоконт
1						подвижных игр.		роль
4. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. Спорт ивный контроль, проведения подвижных игр. Внешний контроль, проведения подвижных игр. 5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, проведения подвижных игр. Спорт ивный контроль, самоконт подвижных игр. 6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт оль Внешний контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний	3.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
4. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, самоконт подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, самоконт подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт внешний контроль, самоконт роль						условия	ивный	контроль,
4. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. Спорт вал самоконт роль Внешний контроль, самоконт подвижных игр. 5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. Спорт вал самоконт подвижных игр. Внешний контроль, самоконт подвижных игр. Спорт вал и контроль, самоконт роль Внешний контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ваный контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных спорт ваны контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт ваныний						проведения	зал	самоконт
1						подвижных игр.		роль
5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Проведения подвижных игр. зал самоконт роль 6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных игр. Спорт народов. Внешний контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт народов. Внешний контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт народов. Внешний контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний	4.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия ивный контроль, проведения подвижных игр. Спорт ивный контроль, самоконт подвижных игр. 6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний						условия	ивный	контроль,
5. январь 14.30-15.30 Игра 1 Правила и условия проведения подвижных игр. Спорт ивный контроль, самоконт подвижных игр. 6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний						проведения	зал	самоконт
6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт народов. Внешний контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт народов. Внешний контроль, самоконт народов. 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт народов. Внешний контроль, зал самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт внешний						подвижных игр.		роль
6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт народов. Внешний контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт внешний контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт внешний	5.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, зал самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, зал самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт внешний						условия	ивный	контроль,
6. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, зал самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний						проведения	зал	самоконт
7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных самоконт роль контроль, зал самоконт роль народов. 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний контроль, зал самоконт роль						подвижных игр.		роль
7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний народов. 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний контроль, зал самоконт роль	6.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний контроль, зал самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний						народов.	ивный	контроль,
7. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных народов. Спорт ивный контроль, самоконт роль 8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний							зал	самоконт
8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний								роль
8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний	7.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний						народов.	ивный	контроль,
8. январь 14.30-15.30 Игра 1 Игры разных Спорт Внешний							зал	самоконт
								роль
наролов ивный контроль	8.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
пародов. приви контроль,						народов.	ивный	контроль,

						зал	самоконт
		11221722				~	роль
9.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
10.	dirboni	14.30-15.30	Игра	1	Игри родину	Спорт	роль Внешний
10.	январь	14.50-15.50	пра	1	Игры разных народов.	ивный	
					народов.	зал	контроль, самоконт
						3431	роль
11	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
11	мпварв	11.50 15.50	III pu	1	скакалкой,	ивный	контроль,
					мячом,	зал	самоконт
					обручами.		роль
12	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
			1		скакалкой,	ивный	контроль,
					мячом,	зал	самоконт
					обручами.		роль
13	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
			•		скакалкой,	ивный	контроль,
					мячом,	зал	самоконт
					обручами.		роль
14	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
					скакалкой,	ивный	контроль,
					мячом,	зал	самоконт
					обручами.		роль
15	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
					скакалкой,	ивный	контроль,
					мячом,	зал	самоконт
					обручами.		роль
16	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры и	Спорт	Внешний
					упражнения на	ивный	контроль,
					формирование и	зал	самоконт
					развитие умений		роль
		11001500			концентрировать	~	- "
17	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры и	Спорт	Внешний
					упражнения на	ивный	контроль,
					формирование и	зал	самоконт
					развитие умений		роль
10	1	14 20 15 20	II	1	концентрировать	Cana	D
18	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры и	Спорт	Внешний
					упражнения на	ивный	контроль,
					формирование и	зал	самоконт
					развитие умений		роль
19	февропі	14.30-15.30	Игра	1	концентрировать Игры и	Спорт	Внешний
17	февраль	14.30-13.30	Игра	1	_	ивный	
					упражнения на формирование и	ивныи зал	контроль, самоконт
					развитие умений	Juli	роль
					концентрировать		Louin
20.	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры и	Спорт	Внешний
	T-Pr	1	1		упражнения на	ивный	контроль,
					формирование и	зал	самоконт
					развитие умений		роль
			L		гразвитие умении	<u> </u>	Рочи

					концентрировать		
21	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры для профилактики нарушений осанки.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
22	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры для профилактики нарушений осанки.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
23	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры для профилактики нарушений осанки.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
24	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры для профилактики нарушений осанки.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
25	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры для профилактики нарушений осанки.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
26	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры на равновесие.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
27	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры на равновесие.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
28	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры на равновесие.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
29	март	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры на равновесие.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
30	март	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры на равновесие.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
31	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
32	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт

							рош
33	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически	Спорт	роль Внешний
33	Март	14.30-13.30	rnpa	1	е и ролевые	ивный	контроль,
					игры.	зал	самоконт
					пры.	34.71	роль
34	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически	Спорт	Внешний
] 37	Март	14.30-13.30	Пра	1	е и ролевые	ивный	контроль,
					игры.	зал	самоконт
					тіры.	30.1	роль
35	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически	Спорт	Внешний
	Март	11.30 13.30	Пра	1	е и ролевые	ивный	контроль,
					игры.	зал	самоконт
					p.z	3001	роль
		Hac	тольные и	гры – 12	ч часов	I	F
36	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
37	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
38	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,
						комна	самоконт
20		11.00.17.00			_	та	роль
39	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,
						комна	самоконт
40	1504	14.30-15.30	Настоль	1	IImax x xxo	та Класс	роль Внешний
40	март	14.30-13.30		1	Игры на	ная	контроль,
			ная игра		развитие внимания.	Комна	самоконт
					BIIIIMAIIIIA.	та	роль
41	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
	Март	11.50 15.50	ная игра	_	развитие	ная	контроль,
			nan mpa		внимания.	комна	самоконт
						та	роль
42	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
	_		ная игра		развитие	ная	контроль,
			1		внимания.	комна	самоконт
						та	роль
43	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
			ная игра		развитие	ная	контроль,
					внимания.	комна	самоконт
						та	роль
44	март	14.30-15.30	Настоль	1	Профориентацио	Класс	Внешний
			ная игра		нные игры	ная	контроль,
						комна	самоконт
		1120 1722	***	4	T 1	та	роль
45	март	14.30-15.30	Настоль	1	Профориентацио	Класс	Внешний
			ная игра		нные игры	ная	контроль,
						комна	самоконт
			<u> </u>	<u> </u>		та	роль

Ная нгра						•		,
47 апрель	46	апрель	14.30-15.30	Настоль	1	Соревнования.	Класс	Внешний
47 апрель				ная игра			ная	контроль,
47 апрель							комна	самоконт
Ная игра Ная контроль комы самокон роль							та	роль
14.30-15.30 Спортив 1 Игры на площа самоков поле. площа самоков площадке. Площа самоков самоков площа самоков площа самоков площа самоков площа самоков площа самоков площа самоков самоков площа самоков площа самоков самоков площа самоков площа самоков самоков площа самоков самоков площа самоков самоков самоков площа самоков самоков площа самоков самоков	47	апрель	14.30-15.30	Настоль	1	Соревнования.	Класс	Внешний
14.30-15.30 Спортив ирты — 17 часов.				ная игра			ная	контроль,
14.30-15.30 Спортив 1 Игры на футбольном поле. Пикол выя вигры 14.30-15.30 Спортив 1 Игры на футбольном поле. Пикол выя вигры 14.30-15.30 Спортив 1 Игры на футбольном поле. Пикол выя вигры 14.30-15.30 Спортив 1 Игры на площа камоког площа дка площа дка 11 Игры на							комна	самоконт
48 апрель							та	роль
Ная игра			Спо	ртивные і	игры – 17	часов.		
49 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры на футбольном площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры на спортивной площадке. Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры па спортивной площадке. Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры па спортивной площадке. Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры па спортивной площадке. Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры на футбольном площадке. Дигры па самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игра с дигра Площа самоконт дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игра с дигра 1 1 1 1 1 1 1 1 1	48	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
49 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра Пиры на футбольном поле. Пикол внешний контроль площа самокон площадке. Пикол вная игра площа самокон площадке. Пикол вная игра площа самокон площадке. Пикол вная игра площа самокон площадке. Пиры на футбольном поле, хоккейной площадке. Пикол вная игра площа самокон площадке. Пикол вная игра площа самокон площадке. Пикол вная игра площа самокон площадке. Пикол вная игра площа вволейбола дка роль вная игра площа самокон площа самокон площа площа самокон площа площа самокон площа площа площа площа площа самокон площа площа самокон площа площа площа площа самокон площа площа площа площа самокон площа площа площа самокон площа п				ная игра		футбольном	ьная	контроль,
49 апрель						поле.	площа	самоконт
Ная игра							дка	роль
50 апрель 14.30-15.30 Спортив пая игра 1 Игры на спортивной площадке. Площа самоког дка роль площадке. Площадке. Площадке. Площа самоког дка роль площадке. Площа самоког дка роль площадке. Площадке. Площадке. Площа самоког дка роль площадке. Площадке. Площа самоког дка роль площа площадке. Площа самоког	49	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
50 апрель 14.30-15.30 Спортив пая игра Пигры на спортивной площадке. Площа самоког дка роль площадке. Площа самоког площа самоко				ная игра		футбольном	ьная	контроль,
14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры на спортивной площа дка роль вная игра 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры на спортивной площа дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры на спортивной площа дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры на футбольном площа дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры на футбольном площа дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с роль 1 1 1 1 1 1 1 1 1						поле.	площа	самоконт
14.30-15.30 Спортив ная игра Спортивной площадке. Площа дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра Площадке. Дка роль Площа самокон роль Площа самокон площа с							дка	роль
14.30-15.30 Спортив ная игра Площадке. Площа дка роль Площадке. Площа дка роль Площадке. Площа дка площа самоконт дка роль Площадке. Площа дка площа самоконт дка роль Площадке. Площа дка площа самоконт дка роль Площадке. Площа дка роль Площадке. Площа самоконт дка роль Площа дсамоконт дка роль Площа самоконт дка роль Площа дка рол	50	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
51 апрель				ная игра		спортивной	ьная	контроль,
14.30-15.30						площадке.	площа	самоконт
14.30-15.30 14.30-15.30							дка	роль
14.30-15.30 Спортив ная игра Площадке. Площадка. Площад	51	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
14.30-15.30 Спортив ная игра Пигры на ная игра Пигры самоконтов ная игра Пи				ная игра		спортивной	ьная	контроль,
14.30-15.30						площадке.	площа	самоконт
Ная игра							дка	роль
14.30-15.30 Спортив ная игра Поледа самоконт роль ная игра Поледа самоконт площа самоконт роль ная игра Поледа самоконт роль ная игра Поледа самоконт роль ная игра Поледа самоконт площа самоконт роль ная игра Поледа самоконт площа самоконт роль ная игра Поледа самоконт площа самоконт ная игра Поледа самоконт площа самоконт ная игра Поледа на игра	52	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
14.30-15.30 Спортив ная игра Площадке. Дка роль Внешний контроль Спортив ная игра Площа самоконт роль Площа самокон				ная игра		футбольном	ьная	контроль,
14.30-15.30						поле, хоккейной	площа	самоконт
Ная игра						площадке.	дка	роль
54 апрель	53	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, площа волейбола дка роль внешний баскетбола, площа волейбола дка роль внешний баскетбола, площа самоконт баскетбола, площа волейбола дка роль внешний баскетбола, площа самоконт волейбола дка роль внешний баскетбола, площа самоконт волейбола дка роль вная игра волейбола дка роль внешний баскетбола, площа самоконт волейбола дка роль внешний баскетбола, площа самоконт волейбола дка роль вная контроли баскетбола, площа волейбола дка роль вная контроли баскетбола, площа самоконт вная игра внешний контроли баскетбола, площа самоконт вная контроли площа самоконт вная контроли вная к				ная игра		элементами	ьная	контроль,
54 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, площа волейбола Внешний контроль самоконт роль 55 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, площа волейбола Икол вная контроль самоконт роль 56 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола Площа самоконт роль 57 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола ПКол внешний контроль ная контроль ная контроль площа самоконт вная игра 58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ внешний контроль ная контро						баскетбола,	площа	самоконт
Ная игра Элементами баскетбола, волейбола дка роль 55 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 56 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 57 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 57 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ внешний баскетбола, волейбола дка роль 58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ внешний баскетбола, волейбола дка роль 58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ вная контроль площа самоконт площа с						волейбола	дка	роль
Баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетбола, волейбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 14.45-15.45 Спортив ная игра 14.45-15.45 14	54	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
55 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, площа самоконт баскетбола, площа самоконт баскетбола, площа самоконт баскетбола, волейбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ внешний баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ внешний басконтоль ная контроль от баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний басконтоль ная контроль от баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний басконтоль ная контроль от баскетбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетболь дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетболь дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний баскетболь дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Внешний баскетболь дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Внешний баскетболь дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Внешний баскетболь дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Внешний баскетболь дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Внешний баскетбола 14.45-15.45 Спортив ная игра 14.45-15.4				ная игра		элементами	ьная	контроль,
14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты 1 Внешний вная контроль ная контроль 1 Остафеты 1 Внешний вная контроль 1 1 1 1 1 1 1 1 1						баскетбола,	площа	самоконт
Ная игра Элементами баскетбола, площа самоконт роль						волейбола	дка	роль
Баскетбола, волейбола Дка роль	55	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
56 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, площа самоконт волейбола Школ внешний контроли баскетбола, площа самоконт волейбола дка роль 57 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, площа самоконт волейбола Школ внешний контроли баскетбола, площа самоконт волейбола дка роль 58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ внешний контроли вная контроли площа самоконт площа самоконт				ная игра		элементами	ьная	контроль,
56 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, площа самоконт дка роль Школ внешний контроль самоконт дка роль 57 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, площа самоконт волейбола Школ внешний контроль самоконт дка роль 58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ внешний контроль ная контроль площа самоконт площа самоконт площа самоконт						баскетбола,	площа	самоконт
ная игра элементами баскетбола, площа самоконт волейбола дка роль 14.30-15.30 Спортив ная игра элементами баскетбола, площа самоконт баскетбола, площа самоконт баскетбола, площа самоконт волейбола дка роль 58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ внешний вная контроль ная игра ная игра площа самоконт площа самоконт площа самоконт						волейбола	дка	роль
57 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола Школ внешний контроль волейбола Внешний баскетбола, площа самоконт волейбола площа роль 58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ внешний вная контроль ная контроль площа самоконт площа самоконт	56	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
57 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола дка роль 158 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ вная контроль ная игра 1 Эстафеты Школ вная контроль ная контроль площа самоконт				ная игра			ьная	контроль,
57 апрель 14.30-15.30 Спортив ная игра 1 Игры с элементами баскетбола, волейбола Школ вная контроль самоконт площа самоконт площа ная игра 58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ внешний вная контроль ная контроль площа самоконт площа самоконт						· ·	площа	самоконт
58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Элементами баскетбола, площа самоконт волейбола Школ внешний ная игра 1 Эстафеты ная игра Школ вная контроль площа самоконт площа самоконт						волейбола	дка	роль
58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты ная контроль площа самоконт площа самоконт Внешний контроль площа самоконт	57	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
58 апрель 14.45-15.45 Спортив ная игра 1 Эстафеты Школ ьная контроль площа Внешний контроль самоконт				ная игра			ьная	контроль,
58 апрель 14.45-15.45 Спортив 1 Эстафеты Школ Внешний ная игра площа самоконт						· ·	площа	самоконт
ная игра ьная контроль площа самоконт						волейбола	дка	роль
площа самоконт	58	апрель	14.45-15.45	Спортив	1	Эстафеты	Школ	Внешний
				ная игра			ьная	контроль,
лка роль							площа	самоконт
дка роль							дка	роль
59 апрель 14.30-15.30 Спортив 1 Эстафеты Школ Внешний	59	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Эстафеты	Школ	Внешний

			ная игра			ьная	контроль,
						площа	самоконт
60		14.30-15.30	C	1	III	дка Школ	роль
00	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Школа мяча		Внешний
			ная игра			ьная	контроль,
						площа	самоконт
<i>C</i> 1		14 20 15 20	C	1	C	дка	роль
61	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
			ная игра			ьная	контроль,
						площа	самоконт
62	опрон	14.30-15.30	Спортир	1	Canality to Heart	дка Школ	роль Внешний
02	апрель	14.30-13.30	Спортив ная игра	1	Сезонные игры	ьная	контроль,
			ная игра			площа	самоконт
						дка	роль
63	май	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
0.5	Man	14.30-13.30	ная игра	1	Сезоппыс игры	ьная	контроль,
			палтра			площа	самоконт
						дка	роль
64	май	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
0-	Man	14.30-13.30	ная игра	1	Сезоппыс игры	ьная	контроль,
			палтра			площа	самоконт
						дка	роль
		Спорти	IRHLIE CONE	 RНОВЯНИЯ	н – 5 часов.	дии	рель
65.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Веселые старты.	Школ	Внешний
	1/2-022		ния	-	2 compression	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
66.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Веселые старты.	Школ	Внешний
			ния		1	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
67.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Эстафеты.	Школ	Внешний
			ния		_	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
68.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Эстафеты.	Школ	Внешний
			ния			ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
69.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Спортивные	Школ	Внешний
			ния		соревнования	ьная	контроль,
					между классами	площа	самоконт
					с привлечением	дка	роль
					родителей.		
	ļ ·		стивный от			T 7.0	
70.	май	14.30-15.30	Беседа	1	Часы здоровья.	Класс	Внешний
						ная	контроль,
						комна	самоконт
			_			та	роль
71.	май	14.30-15.30	Беседа	1	Часы здоровья.	Класс	Внешний
						ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль

72.	май	14.30-15.30	Игра	1	Часы здоровья	Класс	Внешний
, 2.	Man	11.30 13.30	пра	1	пасы эдоровы	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
73.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
75.	Man	11.30 13.30	народов	1	России.	ная	контроль,
			пародов		i occini.	комна	самоконт
						та	роль
74.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
,	1/14/11	1.100 10.00	народов	-	России.	ная	контроль,
			паредер		1 0 0 0 1 1 1 1	комна	самоконт
						та	роль
75.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
			мира		мира.	ная	контроль,
			1		1	комна	самоконт
						та	роль
76.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
			мира		мира.	ная	контроль,
					•	комна	самоконт
						та	роль
77.	май	14.30-15.30	Экскурс	1	Экскурсия за	Класс	Внешний
			ия		пределы	ная	контроль,
					школьного	комна	самоконт
					участка.	та	роль
78.	май	14.30-15.30	Наблюд	1	Экскурсия за	Класс	Внешний
			ение		пределы	ная	контроль,
					школьного	комна	самоконт
					участка.	та	роль
			тоговое заг	нятие – 2	часа.	1	
79.	май	14.30-15.30	Диагнос	1	Итоговое	Класс	Диагност
			тика		занятие	ная	ика
						комна	
						та	
80.	май	14.30-15.30	Защита	1	Итоговое	Класс	Защита
			проекто		занятие	ная	проектов
			В			комна	учащихся
			учащихс			та	
			Я				

Итого: 80 часов

1.3 Содержание программы <u>Учебный план 2 год обучения (базовый)</u> 1-ый модуль (64 ч.)

№	Название раздела,	Количе	ство часо	В	Формы	Формы	
п/п	темы	Всего Теория		Практик	организаци	аттестации	
				a	и занятий	(контроля)	
1		•	Введени	е - 2часа			
	Вводное занятие.	2	1	1		Беседа,	
	Инструктаж по					экскурсия по	
	технике безопасности.					школе и	
	Входная диагностика.					прилегающей к	
	Вкодная днагностика.					ней	
						территории,	
						входная	
						диагностика	
2	П		(analysis ea		1444000	Диагностика	
	Безопасный маршрут.		<u>(орожного</u> │ ₁		- 144acob.	11-6	
	Элементы улиц и	2	1	1	-	Наблюдение.	
	дорог.	2	1	1		Составление и	
	Улица, транспорт,	2	1	1	1	работа с	
	пешеходы.	_		_		сигнальными	
	Скрытая опасность на	3	1	2	-	карточками и	
	дорогах		1			схемами	
	Общественный	2	1	1			
	транспорт.				_		
	Дорожная азбука.	3	2	1			
3			Экскурсия	– 10 часов.			
	Культура поведения во	1	1		Экскурсия	Наблюдение,	
	время экскурсии.	4	1	2		обсуждение	
	Наблюдения за изменениями в	4	1	3			
	природе.						
	Как погода влияет на	2	1	1	=		
	одежду.						
	Здоровье и	3	1	2			
1	окружающая среда.		1	<u> </u>	1 1	14	
4	Просмотр и обс			га ооучающ □ ₁	его фильма — 1		
	Уроки здоровья.	3	2	1		Наблюдение,	
	Из жизни героев мультфильмов.	3	2	1		внешний	
	Азбука безопасности.	4	2	2	1	контроль,	
	Обучающие фильмы из	4	3	1	1	анализ и	
	интернет - ресурсов.	+]	1		обсуждение	
5		Бе	еседы о ЗО	Ж – 24 часа	ı .		
	Почему нужно	2	1	1		Просмотр и	
	соблюдать режим	_				обсуждение	
	школьника.	2	1	1	-	учебно-	
	Почему люди болеют?	2	1	1	1	познавательны	
	Какие бывают травмы.	2	1	1	-	х фильмов,	
	Виды отравлений.	2	1	1	1	выставка	
	Доктора здоровья.	2	1	1	1		
	Как организм помогает себе сам?	2	1	1		рисунков на тему о ЗОЖ.	
	Вредные привычки.	2	1	1]		
	Как уберечься от мороза.	2	1	1			
	Интернет- безопасность.	2	1	1			

	Воспитай себя сам.	3	1	2	
	Я выбираю движение.	3	1	2	
6					
				цуль (80ч.)	
	По	движны	е игры и	упражнения	– 35 часа.
	Правила и условия	5	1	4	Наблюдение,
	проведения подвижных игр.				анализ
	Игры разных народов.	5	1	4	
	Игры со скакалкой,	5	1	4	
	мячом, обручами.		1		
	Игры на внимание.	5	1	4	
	Профилактика	5	1	4	
	нарушений осанки.				
	Упражнения и игры на равновесие.	5	1	4	
	Психологические и	5	1	4	
	ролевые игры.				
7		Насто	ольные и	<u>гры – 12ч ча</u>	сов.
	Развивающие	4	1	3	
	настольные игры Игры на развитие	4	1	3	
	внимания.		1	3	
	Игры, направленные	2	1	1	
	на профориентацию Соревнования.	2		2	
8	Соревнования.				
0	H 1	5 Chop		<u>игры — 17 ча</u> √	1
	Игры на футбольном поле, хоккейной	3	1	4	Наблюдение,
	· ·				анализ
	площадке.	5	1	4	
	Игры с элементами баскетбола, волейбола.	3	1	4	
		2		2	
	Эстафеты Школа мяча	1		1	
		4	1	3	
9	Сезонные игры		1		
9	Разания атарти		зные соро	евнования –	
	Веселые старты. Эстафеты.	2 2		2	Наблюдение,
				2	анализ
	Спортивные	1		1	
	соревнования между классами с				
	привлечением родителей.				
10	родителей.	Ател	шригий о		
10	Часы здоровья.	3	<u>ивныи о</u> 1	<u> 1дых – э час</u>	Наблюдение,
	Игры народов России.	2	1	2	паолюдение, анализ
	Игры народов г оссии.	2		2	анализ
	Экскурсии за пределы	2		2	
	школы.			<u></u>	
11		Ит	оговое за	нятие – 2 ча	ca.
	Итоговое занятие	2	1	1	Итоговый
					контроль,
					диагностика
	Итого часов: 144 часа				<u>. </u>

1.4 Содержание учебного плана <u>2 год (базовый)</u> 1-ый модуль (64ч.)

Раздел 1. Введение - 2 часа.

Теория:

Вводное занятие. Оборудование зала для занятий. Требования к поведению учащихся во время занятий, выполнение правил по технике безопасности на площадке, в спортивном зале, на улице, во время экскурсии.

Практика:

- Выполнение правил по технике безопасности на площадке, в спортивном зале, на улице, во время экскурсии, проведении подвижных игр.
 - Подвижные игры на сближение.

Формы контроля: входная диагностика, фронтальный опрос.

Раздел 2.Правила дорожного движения – 14 часов.

Теория:

Безопасный маршрут от дома до школы. Улица, транспорт, пешеходы. Регулируемые и нерегулируемые пешеходные переходы. Скрытая опасность. Азбука безопасности на дороге. В общественном транспорте. Просто это знак такой. Дорожная азбука.

Практика:

Составление схемы движения обучающегося от дома до школы «Мой безопасный маршрут от дома до школы». Просмотр обучающих фильмов по правилам дорожного движения.

Беседы: «Регулируемые и нерегулируемые пешеходные переходы», «Детские игры и дорога».

Формы контроля: рисунки, кроссворды, ребусы, головоломки по ПДД.

Раздел 3. Экскурсии – 10 часов.

Теория:

Культура поведения во время экскурсии. Наблюдения за изменениями в природе. Как одеваться правильно по погоде? Что нас окружает.

Практика:

Экскурсия на пришкольный участок «Осенние изменения в природе».

Экскурсия на берег реки - наблюдение за природой, осенние изменения.

Экскурсия на водоём - жизнь осеннего водоёма.

Зимняя экскурсия - наблюдения «Деревья зимой».

Экскурсия - лыжная прогулка.

Экскурсия в школьный сад - наблюдение за весенними изменениями в природе.

Экскурсия на берег реки - наблюдение за природой, весенние изменения.

Экскурсия «Лето красное, мы ждём тебя!».

Экскурсия за пределы школьной территории.

Формы контроля: устный опрос, практическая работа, сочинения, рисунки, фотоотчет.

Раздел 4. Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма – 14 часов.

Теория:

Уроки здоровья. Азбука безопасности. Из жизни героев современных мультфильмов. Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.

Практика:

Просмотр и обсуждение учебно-познавательных фильмов:

- «Азбука безопасности на дороге».
- «Уроки осторожности».
- ➤ «Травмы».
- Уроки Тётушки Совы «Строение тела человека».
- «Надежная защита организма».

- «Что такое чрезвычайная ситуация».
- «Правила дорожного движения».
- ➤ «Я и мои поступки».
- > «Вредные привычки».
- > «Как вести себя, когда один дома».
- «Дорожная азбука».
- ➤ «Осторожно ледоход!».
- ➤ «Как ты познаешь мир».

Формы контроля: защита творческих работ, тестирование.

Раздел 5. Беседы о ЗОЖ – 24 часа.

Теория:

Почему нужно соблюдать режим школьника. Причины болезней. Какие бывают травмы. Виды отравлений. Доктора здоровья. Как организм помогает себе сам. Вредные привычки. Как уберечься от мороза. Интернет- безопасность. Воспитай себя сам. Я выбираю движение.

Практика:

Просмотр и обсуждение учебно-познавательных фильмов.

Беседы: Как здоровье?, «Причины болезней», «Вредные привычки», «Улица, транспорт, пешеходы», «Осторожно – ледоход!», «Тонкий лед», «Безопасное поведение во время подвижных игр в зимний период», «Детские игры и дорога», «Как изменить настроение», «Впереди лето – возможности для отдыха в летнее время», «Расти здоровым», «Воспитай себя».

Просмотр фильма по правилам дорожного движения.

Рисование героев, выставка рисунков на тему о ЗОЖ.

Советы Владимира Маяковского

Формы контроля: практическая работа, соревнование, кроссворды.

2-ой модуль (80ч.)

Раздел 1. Подвижные игры и упражнения – 35 часов.

Теория:

Правила и условия проведения подвижных игр. Взаимодействие в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. Использование подвижных игр для организации активного отдыха и досуга.

Адекватные решения в условиях игровой деятельности. Моделирование игровой ситуации.

Выбор в игре оптимальных форм поведения во взаимоотношениях с одноклассниками, друзьями, взрослыми.

Правила и условия проведения ролевых и психологических игр. Взаимодействие в парах и группах при проведении ролевых и психологических игр.

Правила техники безопасности и этикета в условиях игровой деятельности и в жизни.

Практика:

Игровые упражнения: «Пустое место», «Веселые краски», «Третий лишний», «Играем в пионербол».

Игры и упражнения со скакалками «Рыбак и рыбки», «Воробышки», «Казаки - разбойники», «Салочки»

Прыжки через скакалку, «Самый гибкий», «Удочка».

Подвижные игры на свежем воздухе: «Третий лишний», «Хвост дракона», футбол, «Сбей кегли», «Меткий стрелок», «Картошка», «Платочек», «Белые кораблики», «День - ночь»; «Перебежки», «Светофор», «Снежный гороскоп», «Салочки со снежками», катание на санках, игра в снежки, «На ледяной дорожке», «Перебежки», «Кладоискатели», «Кораблекрушение», «Море волнуется», «Самый внимательный», игра в волейбол;

«Краски», «Выгони мяч», «Птицелов», «Играем в пионербол», «Найди свой цвет», «Веселые краски»

Игры на внимание: «Чей голос?», «Три мудреца», «Что изменилось?».

Упражнения на прыжки «Классы – классики.

Упражнения для правильной осанки.

Зимние игры и забавы.

Русские народные игры.

Игры народов Поволжья.

Игры на внимание: «Чей голос?», «Три мудреца», «Что изменилось?».

Упражнения с мячом.

Игры на прыжки.

Игра – обсуждение: «Как организм помогает себе сам»

Формы контроля: фронтальный опрос, практическое занятие.

Раздел 2. Настольные игры – 12 часов.

Теория:

Знакомство, практикумы и соревнования с настольными играми: шашки, шахматы, домино, лото, развивающие игры и игры, направленные на профориентацию.

Практика:

- «Веселое домино», «шашки», «шахматы», лото.
- Соревнования.
- Игры на развитие внимания «Что изменилось?», «Что лишнее?».
- Профориентационные игры: «Кто построил этот дом?», игра профлото «Строители», «Кто нас кормит».

Формы контроля: соревнование, викторина.

Раздел 3.Спортивные игры – 17 часов.

Теория:

Игры на футбольном поле, хоккейной площадке. Игры с элементами баскетбола, волейбола.

Практика:

Занятие на футбольном поле «Учимся играть в футбол»

Игры и упражнения с мячом.

Школа мяча

Игры с мячом «Сбей кегли», «Меткий стрелок», «Перебежки».

Упражнения и игры на хоккейной коробке.

Разминка на катке.

Зимний футбол.

Эстафете на санках.

Занятия по броскам снежками в цель.

Упражнения и игры на свежем воздухе.

Формы контроля: практические занятия, эстафеты, соревнования.

Раздел 4. Спортивные соревнования – 5 часов.

Веселые старты. Эстафеты. Спортивные соревнования между классами с привлечением родителей. Соревнование по шашкам.

Раздел 5. Активный отдых – 9 часов.

Теория:

Игры и упражнения на свежем воздухе.

Практика:

Часы здоровья: «Травмы», «Наши враги грипп и простуда», «Гимнастика для глаз», «Правильная осанка», «Компьютерная безопасность».

Игры народов России.

Игра в снежки, катание с горки.

Игры народов мира.

Экскурсия за пределы школьного участка.

Игры: «Лесное царство», «У медведя на бору».

Импровизированный спектакль «Сказка здоровья».

Игры и упражнения на свежем воздухе: «По тропинке», «Поезд»

Формы контроля: практические занятия, эстафеты, соревнования.

Раздел 6. Итоговое занятие – 2 часа

Итоговое занятие. Повторение и обобщение изученного материала Итоговая диагностика.

Формы контроля: отчёт, итоговая диагностика.

1.5. Планируемые результаты.

1-ый модуль (64ч.)

В ходе освоения обучающимися данной программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи.

Учащиеся получат возможность научиться:

– выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- понимать цель выполняемых действий;
- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания.

Учащиеся получат возможность научиться:

- продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
 - объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;

Познавательные

Учащиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

Учащиеся получат возможность научиться:

• осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;

• устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- рассказывать о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
 - договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получат возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений.

Личностные результаты:

У учащихся будет сформировано:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья;

2-ой модуль (80ч)

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
 - о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
 - основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

Учащиеся получат возможность научиться:

– выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
 - вносить коррективы в свою работу.

Учащиеся получат возможность научиться:

- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
 - координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
 - организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

Познавательные

Учащиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

Учащиеся получат возможность научиться:

• осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;

• устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- рассказывать о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
 - договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получат возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений.

Личностные результаты:

У учащихся будет сформировано:

- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей во всех его проявлениях;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении их здоровья во всех его проявлениях.

2. Комплекс организационно – педагогических условий. 2.1 Календарный учебный график 2 год обучения (базовый)

1-ый модуль (64ч.)

№	Месяц	Чис	Время	Форма	Кол-во	Тема занятия	Место	Формы
		ЛО	проведения	занятия	часов		прове	отчетност
			занятия В а	 гедение. 2 ч	Laca		дения	И
1.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	Вводное	Класс	Внешний
1.	Сентиоры		11.30 13.30	Веседа	1	занятие.	ная	контроль
						Инструктаж по	комна	Rompone
						технике	та	
						безопасности.		
2.	сентябрь		14.30-15.30	Анкетир	1	Входная	Класс	диагност
				ование		диагностика.	ная	ика
							комна	
							та	
			Правила	дорожног	о движен	ия — 14часов		
3.	сентябрь		14.30-15.30	Дискусс	1	Безопасный	Класс	Внешний
				ИЯ		маршрут.	ная	контроль,
							комна	самоконт
							та	роль
4.	сентябрь		14.30-15.30	Игра	1	Безопасный	Класс	Внешний
						маршрут.	ная	контроль,
							комна	самоконт
			11201520	-	1		та	роль
5.	сентябрь		14.30-15.30	Практич	1	Элементы улиц	Класс	Практиче
				еская		и дорог.	ная	ская
				работа			комна та	работа
6.	сентябрь		14.30-15.30	Виктори	1	Элементы улиц	Класс	Внешний
0.	Сентиоры		11.30 13.30	на	1	и дорог.	ная	контроль,
				1100		пдороги	комна	самоконт
							та	роль
7.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	Улица,	Класс	Внешний
						транспорт,	ная	контроль,
						пешеходы.	комна	самоконт
							та	роль
8.	сентябрь		14.30-15.30	Игра-	1	Улица,	Класс	Внешний
				практик		транспорт,	ная	контроль,
				ум		пешеходы.	комна	самоконт
0	_		11201520	-			та	роль
9.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	Скрытая	Класс	Внешний
						опасность на	ная	контроль,
						дорогах	комна	самоконт
10.	сентябрь		14.30-15.30	Дискусс	1	Скрытая	та Класс	роль Внешний
10.	адоктноо		14.50-15.50	ия	1	опасность на	ная	контроль,
				YI/I		дорогах	Комна	самоконт
						дорогил	та	роль
11.	сентябрь		14.30-15.30	Ролевая	1	Скрытая	Класс	Внешний

игра опасность на дорогах 12. сентябрь 14.30-15.30 Беседа 1 В общественно	ная контроль, комна самоконт та роль
12. сентябрь 14.30-15.30 Беседа 1 В общественно	
транспорте.	ная контроль,
транспорте.	комна самоконт
	та роль
13. октябрь 14.30-15.30 Виктори 1 В общественно	+ +
на транспорте.	
па пранспорте.	ная контроль, комна самоконт
	та роль
14. октябрь 14.30-15.30 Беседа 1 Дорожная	Класс Внешний
14. октиоры 14.50-15.50 Веседа 1 дорожная азбука.	ная контроль,
азоука.	комна самоконт
	та роль
15. октябрь 14.30-15.30 Практич 1 Дорожная	Класс Практиче
еская азбука.	ная ская
работа	комна работа
	Ta Paggia
16. октябрь 14.30-15.30 Игра 1 Дорожная	Класс Игра
10. октябрь 14.50-15.50 гира 1 дорожная азбука.	ная
l asoyku.	комна
	та
Экскурсия – 10 часов.	14
17. октябрь 14.30-15.30 Экскурс 1 Культура	Школ Внешний
ия поведения во	ьный контроль,
время экскурс	'
	роль
18. октябрь 14.30-15.30 Экскурс 1 Наблюдения за	
ия изменениями и	
природе.	двор самоконт
	роль
19. октябрь 14.30-15.30 Экскурс 1 Наблюдения за	
ия изменениями и	в ьный контроль,
природе.	двор самоконт
	роль
20. октябрь 14.30-15.30 Экскурс 1 Наблюдения з	а Школ Внешний
ия изменениями н	в ьный контроль,
природе.	двор самоконт
	роль
21. октябрь 14.30-15.30 Экскурс 1 Наблюдения з	а Школ Внешний
ия изменениями н	в ьный контроль,
природе.	двор самоконт
	роль
22. октябрь 14.30-15.30 Экскурс 1 Как погода	Школ Внешний
ия влияет на	ьный контроль,
одежду?	двор самоконт
	роль
23. октябрь 14.30-15.30 Экскурс 1 Как погода	Школ Внешний
ия влияет на	ьный контроль,
одежду?	двор самоконт
	роль
24. октябрь 14.30-15.30 Экскурс 1 Здоровье и	Школ Внешний
ия окружающая	ьный контроль,

					среда.	двор	самоконт
25.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Здоровье и окружающая среда.	Школ ьный двор	роль Внешний контроль, самоконт роль
26.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс ия	1	Здоровье и окружающая среда.	Школ ьный двор	Внешний контроль, самоконт роль
	Просмот	р и обсуждение фра	агмента об	учающе	его фильма – 14 часо	ЭB	
27.	октябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Уроки здоровья.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
28.	октябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Уроки здоровья.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
29.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Уроки здоровья.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
30.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Из жизни героев мультфильмов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
31.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Из жизни героев мультфильмов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
32.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Из жизни героев мультфильмов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
33.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Азбука безопасности.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
34.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Азбука безопасности.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
35.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде	1	Азбука безопасности.	Класс ная комна	Внешний контроль, самоконт

			ние фильма			та	роль
36.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Азбука безопасности	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
37.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
38.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
39.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
40.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот р и обсужде ние фильма	1	Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
41.	ноябрь	14.30-15.30	Беседы о ЗС Дискусс ия	1	Почему нужно соблюдать режим	Класс ная комна	Внешний контроль,
42.	ноябрь	14.30-15.30	Игра	1	школьника. Режим школьника.	та Класс ная комна	самоконт роль Внешний контроль, самоконт
43.	ноябрь	14.30-15.30	Практич еская работа	1	Почему люди болеют?	та Класс ная комна та	роль Практиче ская работа
44.	ноябрь	14.30-15.30	Виктори на	1	Почему люди болеют?	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
45.	ноябрь	14.30-15.30	Беседа	1	Какие бывают травмы?	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
46.	ноябрь	14.30-15.30	Игра- практик ум	1	Какие бывают травмы?	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
47.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Виды отравлений.	Класс ная	Внешний контроль,

						комна	самоконт
						та	роль
48.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс	1	Виды	Класс	Внешний
			ия		отравлений.	ная	контроль,
						комна	самоконт
			l		<u> </u>	та	роль
49.	декабрь	14.30-15.30	Ролевая	1	Доктора	Класс	Внешний
			игра		здоровья.	ная	контроль,
						комна	самоконт
		14 20 15 20	Г	1	π	та	роль
50.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Доктора	Класс	Внешний
					здоровья.	ная	контроль,
						комна та	роль
51.	декабрь	14.30-15.30	Виктори	1	Как организм	Класс	Внешний
31.	декаорь	14.30-13.30	на	1	помогает себе	ная	контроль,
			l lia		сам?	комна	самоконт
					can.	та	роль
52.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Как организм	Класс	Внешний
02.	Actions	11.00 10.00		-	помогает себе	ная	контроль,
					сам?	комна	самоконт
						та	роль
53.	декабрь	14.30-15.30	Практич	1	Вредные	Класс	Практиче
	1		еская		привычки.	ная	ская
			работа			комна	работа
						та	
54.	декабрь	14.30-15.30	Игра	1	Вредные	Класс	Игра
					привычки.	ная	
						комна	
						та	
55.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс	1	Как уберечься от	Класс	Внешний
			ия		мороза.	ная	контроль,
						комна	самоконт
	_	1420 15 20	**		10 0	та	роль
56.	декабрь	14.30-15.30	Игра	1	Как уберечься от	Класс	Внешний
					мороза.	ная	контроль,
						комна	самоконт
<u> </u>	waxa Sax	14 20 15 20	Пестенти	1	Ихитомухот	та Класс	роль
57.	декабрь	14.30-15.30	Практич	1	Интернет-		Внешний
			еская		безопасность.	ная	контроль,
			работа			комна та	самоконт
58.	нокобы	14.30-15.30	Ристори	1	Инториот	Класс	роль Внешний
50.	декабрь	14.30-13.30	Виктори на	1	Интернет- безопасность.	ная	контроль,
			l IIa		oesonaenoerb.	комна	самоконт
						та	роль
59.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Воспитай себя	Класс	Внешний
5).	Zermohn	11.50 15.50	Боода		сам.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
60.	декабрь	14.30-15.30	Игра-	1	Воспитай себя	Класс	Внешний
	, -r-	11.23 22.20	практик	_	сам.	ная	контроль,
			ум			комна	самоконт
						та	роль

61.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Воспитай себя	Класс	Внешний
					сам.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
62.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс	1	Я выбираю	Класс	Внешний
			ия		движение.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
63.	декабрь	14.30-15.30	Ролевая	1	Я выбираю	Класс	Внешний
			игра		движение.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
64.	январь	14.30-15.30	Беседа	1	Я выбираю	Класс	Внешний
					движение.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль

Итого: 64 часа

2-ой модуль (80ч.) Подвижные игры и упражнения – 35 часов.

		подвижные иг	pbi ii yiipu	111111111111111111111111111111111111111	JJ 4acub.		
1.	январь	14.30-15.30	Инструк	1	Правила и	Спорт	Внешний
			таж,		условия	ивный	контроль,
			беседа		проведения	зал	самоконт
					подвижных игр.		роль
2.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
					условия	ивный	контроль,
					проведения	зал	самоконт
					подвижных игр.		роль
3.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
					условия	ивный	контроль,
					проведения	зал	самоконт
					подвижных игр.		роль
4.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
					условия	ивный	контроль,
					проведения	зал	самоконт
					подвижных игр.		роль
5.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
					условия	ивный	контроль,
					проведения	зал	самоконт
					подвижных игр.		роль
6.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
							роль
7.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
							роль
8.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
							роль
9.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний

	T T						**********
					народов.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
1.0		1420 1720	7.7	1	***		роль
10.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
							роль
11	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
					скакалкой.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
							роль
12	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры с мячом,	Спорт	Внешний
			1		обручами.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
						5447	роль
13	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры с мячом.	Спорт	Внешний
13	февраль	14.30-13.30	rnpa	1	тпры с мичом.	ивный	
							контроль,
						зал	самоконт
1.4	1	1420 1720	7.7	1	***		роль
14	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
					скакалкой,	ивный	контроль,
					мячом,	зал	самоконт
					обручами.		роль
15	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
					скакалкой,	ивный	контроль,
					мячом,	зал	самоконт
					обручами.		роль
16	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры на	Спорт	Внешний
			1		развитие	ивный	контроль,
					внимания.	зал	самоконт
					Billinailli.	5431	роль
17	февраці	14.30-15.30	Игра	1	Игры на	Спорт	•
17	февраль	14.30-13.30	пра	1		ивный	
					развитие		контроль,
					внимания.	зал	самоконт
1.0	1	1420 15 20	77	1	77		роль
18	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры на	Спорт	Внешний
					развитие	ивный	контроль,
					внимания.	зал	самоконт
							роль
19	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры на	Спорт	Внешний
					развитие	ивный	контроль,
					внимания.	зал	самоконт
							роль
20.	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры на	Спорт	Внешний
					развитие	ивный	контроль,
					внимания.	зал	самоконт
							роль
21	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Профилактика	Спорт	Внешний
	форрани	17.50-15.50	111 Pu	1	нарушений	ивный	
					* *		контроль,
					осанки.	зал	самоконт
22	1	14 20 15 20	11-	1	П., . 1		роль
22	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Профилактика	Спорт	Внешний
					нарушений	ивный	контроль,
1	1		ĺ	1	осанки.	зал	самоконт

							роль
23	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Профилактика нарушений осанки.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт
24	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Профилактика нарушений осанки.	Спорт ивный зал	роль Внешний контроль, самоконт роль
25	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Профилактика нарушений осанки.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
26	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры на равновесие.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
27	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры на равновесие.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
28	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры на равновесие.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
29	март	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры на равновесие.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
30	март	14.30-15.30	Игра	1	Упражнения и игры на равновесие.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
31	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
32	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
33	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
34	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
35	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
		Нас	тольные	игры — 12	часов		

					1		
36	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
37	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
38	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
39	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
40	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
	_		ная игра		развитие	ная	контроль,
			_		внимания.	комна	самоконт
						та	роль
41	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
			ная игра		развитие	ная	контроль,
			_		внимания.	комна	самоконт
						та	роль
42	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
	1		ная игра		развитие	ная	контроль,
			_		внимания.	комна	самоконт
						та	роль
43	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
			ная игра		развитие	ная	контроль,
			_		внимания.	комна	самоконт
						та	роль
44	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры,	Класс	Внешний
			ная игра		направленные на	ная	контроль,
			_		профориентаци	комна	самоконт
					Ю	та	роль
45	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры,	Класс	Внешний
			ная игра		направленные на	ная	контроль,
					профориентаци	комна	самоконт
					Ю	та	роль
46	апрель	14.30-15.30	Настоль	1	Соревнования по	Класс	Внешний
	_		ная игра		шашкам.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
47	апрель	14.30-15.30	Настоль	1	Соревнования.	Класс	Внешний
			ная игра			ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
		Спо	ртивные и	ıгры – 17	часов.		
48	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
	_		ная игра		футбольном	ьная	контроль,
					поле.	площа	самоконт
						дка	роль
49	·	14.30-15.30	Спортив		Игры на	Школ	Внешний

			110 G 11770 C		day many	7.770.0	YAOYYIII O IYY
			ная игра		футбольном	ьная	контроль,
					поле.	площа	самоконт
		11.20.17.20				дка	роль
50	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
			ная игра		площадке.	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
51	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
			ная игра		площадке.	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
52	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
			ная игра		площадке.	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
53	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
			ная игра		элементами	ьная	контроль,
					баскетбола.	площа	самоконт
						дка	роль
54	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
			ная игра		элементами	ьная	контроль,
					баскетбола.	площа	самоконт
						дка	роль
55	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
	_		ная игра		элементами	ьная	контроль,
					волейбола.	площа	самоконт
						дка	роль
56	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
			ная игра		элементами	ьная	контроль,
					волейбола.	площа	самоконт
						дка	роль
57	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
			ная игра		элементами	ьная	контроль,
					баскетбола,	площа	самоконт
					волейбола	дка	роль
58	апрель	14.45-15.45	Спортив	1	Эстафета	Школ	Внешний
			ная игра			ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
59	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Круговая	Школ	Внешний
			ная игра		эстафета	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
60	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Школа мяча	Школ	Внешний
			ная игра			ьная	контроль,
						площа	самоконт
			<u> </u>			дка	роль
61	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
	_		ная игра		_	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
62	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
			ная игра		_	ьная	контроль,
						площа	самоконт
	1	<u> </u>			•		

						дка	роль
63	май	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
			ная игра		1	ьная	контроль,
			1			площа	самоконт
						дка	роль
64	май	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
			ная игра		_	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
			івные соре	вновани	я – 5 часов.	T	
65.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Веселые старты.	Школ	Внешний
			ния			ьная	контроль,
						площа	самоконт
					_	дка	роль
66.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Веселые старты.	Школ	Внешний
			ния			ьная	контроль,
						площа	самоконт
<i>(</i> 7	U	14 20 15 20		1	D 1	дка	роль
67.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Эстафеты.	Школ	Внешний
			КИН			квич	контроль,
						площа	самоконт
68.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Эстафеты.	дка Школ	роль Внешний
00.	Маи	14.50-15.50	НИЯ	1	Эстафсты.	ьная	контроль,
			IIIIX			площа	самоконт
						дка	роль
69.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Спортивные	Школ	Внешний
07.	1.1011	1 5 10.0 5	КИН	-	соревнования	ьная	контроль,
					между классами	площа	самоконт
					с привлечением	дка	роль
					родителей.		
	_	Aı	стивный от	гдых – 9	часов.		
70.	май	14.30-15.30	Беседа	1	Час здоровья.	Класс	Внешний
						ная	контроль,
						комна	самоконт
		11201520	-			та	роль
71.	май	14.30-15.30	Беседа	1	Час здоровья.	Класс	Внешний
						ная	контроль,
						комна	самоконт
72.	май	14.30-15.30	IArm o	1	Иод видерия	та Класс	роль
12.	ман	14.30-13.30	Игра	1	Час здоровья	ная	Внешний
						ная КОМНа	контроль, самоконт
						та	роль
73.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
, 5.		11.50 15.50	народов	•	России.	ная	контроль,
			P			комна	самоконт
						та	роль
74.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
			народов		России.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
75.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
			мира		мира.	ная	контроль,

						комна	самоконт
						та	роль
76.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
			мира		мира.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
77.	май	14.30-15.30	Экскурс	1	Экскурсия за	Класс	Внешний
			ия		пределы школы.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
78.	май	14.30-15.30	Наблюд	1	Экскурсия за	Класс	Внешний
			ение		пределы школы.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
		И	тоговое зан	нятие – 2	часа.		
79.	май	14.30-15.30	Диагнос	1	Итоговое	Класс	Диагност
			тика		занятие	ная	ика
						комна	
						та	
80.	май	14.30-15.30	Защита	1	Итоговое	Класс	Защита
			проекто		занятие	ная	проектов
			В			комна	учащихся
			учащихс			та	
			Я				

Итого: 80 часов

1.3 Содержание программы Учебный план 3 год обучения (базовый) 1-ый модуль (64 ч.)

№	Название раздела,	Количе	ество часо	В	Формы	Формы	
п/п	темы	Всего Теория Практик			организаци	аттестации	
				a	и занятий	(контроля)	
1		•	Введени	е - 2часа	_	<u> </u>	
	Вводное занятие.	2	1	1		Беседа,	
	Инструктаж по					экскурсия по	
	технике безопасности.					школе и	
	Входная диагностика.					прилегающей к	
	Briodium diaminotima.					ней	
						территории,	
						входная	
						диагностика	
2	П	 Павипа п	ODOWHOLO	движения -	- 14uacor	диатностика	
	Составляем	2	1	1	14 пасов.	Наблюдение.	
	безопасный маршрут.	2	1	1		Составление и	
	Дорожные знаки:	2	1	1		работа с	
	предупреждающие,					раоота с сигнальными	
	запрещающие,						
	предписывающие.					карточками и схемами	
	Дорожные знаки:	2	1	1		Схемами	
	информационно-						
	указательные, знаки						
	приоритета, знаки						
	сервиса.						
	В стране	3	1	2			
	дорожных знаков.						
	Памятка велосипедиста.	2	1	1			
	Работа над проектом	3	2	1			
	по теме						
	«Безопасный путь».						
3	Ye	7	Экскурсия	<u>– 10 часов.</u>			
	Культура поведения во	1	1		Экскурсия	Наблюдение,	
	время экскурсии. Наблюдения за	2	1	1		обсуждение	
	изменениями в	2	1	1			
	природе.						
	Правила техники	2	1	1			
	безопасности для						
	туриста.		1	4	_		
	Здоровье и окружающая среда.	5	1	4			
4	Просмотр и обс	ужление	фрагмент	га обучающ	его фильма – 1		
•	Уроки здоровья.	3	2	1		Наблюдение,	
	Как вести себя во	3	2	1	1	внешний	
	время пожара в разных		~			контроль,	
	ситуациях.					анализ и	
	Азбука безопасности.	4	2	2	+	обсуждение	
	Безопасное поведение	4				оосуждение	
	в быту и на природе.				_		
	Обучающие фильмы из	4	3	1			
	интернет - ресурсов.		<u> </u>	210 24			
5				Ж – 24 часа	ા	П	
	Режим школьника.	2	1	1		Просмотр и	

	Утренняя гимнастика.				обсуждение
	Болезни глаз. Как их	2	1	1	учебно-
	предупредить. Гимнастика для глаз.				познавательны
		2	1	1	х фильмов,
	Какие бывают травмы.	2	1	1	выставка
	Азбука питания.	2	1	1	рисунков на
	Витамины здоровья. Как избежать	2	1	1	тему о ЗОЖ.
	отравлений.	2	1	1	
	Вредные привычки.	2	1	1	
	Профилактика кариеса.	2	1	1	
	Комплекс упражнений	2	1	1	
	для				
	профилактики				
	простудных заболеваний.				
	Интернет- безопасность.	3	1	2	
	Работа над проектом	3	1	2	
	по теме «Основа здорового питания».				
6				•	·
			2-ой мо	дуль (80ч.)	
		движны	е игры и	упражнения	1 – 35 часа.
	Правила и условия	5	1	4	Наблюдение,
	проведения подвижных игр.				анализ
	Игры разных народов.	5	1	4	
	Игры со скакалкой, мячом, обручами.	5	1	4	
	Комплекс упражнений	5	1	4	1
	на равновесие.	3	1		
	Комплекс упражнений	5	1	4	1
	для укрепления	J	1		
	осанки.				
	Комплекс упражнений	5	1	4	1
	для				
	профилактики				
	простудных				
	заболеваний.				4
	Эмоции, стресс,	5	1	4	
	чувства,				
7	поступки человека.	Ност	 	 игры – 12ч ч	acap
/	Развивающие	4	льные I	<u> 124 ч</u> З	acus.
	настольные игры	4	1		
	Игры на развитие внимания.	4	1	3	
	Кукольный театр	2		2	_
	Игры- соревнования.	2		2	
8			тивные	<u>игры – 17 ча</u>	
	Игры на футбольном	5	1	4	Наблюдение,
	поле, хоккейной				анализ
	площадке.				
	Игры с элементами	5	1	4	
	баскетбола, волейбола.				

	Эстафеты	2		2		
	Школа мяча	1		1		
	Сезонные игры	4	1	3		
9		Спортив	ные соре	внования –	5 часов.	
	Веселые старты.	2		2		Наблюдение,
	Игры- эстафеты.	2		2		анализ
	Спортивные	1		1		
	соревнования между					
	классами с					
	привлечением					
	родителей.					
10		Акт	ивный от	дых – 9 час	0В.	
	Час здоровья.	3	1	2		Наблюдение,
	Игры народов России.	2		2		анализ
	Игры народов мира.	2		2		
	Экскурсии за пределы школы.	2		2		
11		Ито	оговое зан	иятие – 2 ча	ca.	
	Итоговое занятие	2	1	1		Итоговый
						контроль,
						диагностика
<u> </u>	Итого часов: 144 часа					

1.4 Содержание учебного плана <u>3 год (базовый)</u> 1-ый модуль (64ч.)

Раздел 1. Введение - 2 часа.

Теория:

Вводное занятие. Оборудование зала для занятий. Требования к поведению учащихся во время занятий, выполнение правил по технике безопасности на площадке, в спортивном зале, на улице, во время экскурсии.

Практика:

- Выполнение правил по технике безопасности на площадке, в спортивном зале, на улице, во время экскурсии, проведении подвижных игр.
 - Подвижные игры на сближение.

Формы контроля: входная диагностика, фронтальный опрос.

Раздел 2.Правила дорожного движения – 14 часов.

Теория:

Безопасный маршрут от дома до школы. Дорожные знаки: предупреждающие, запрещающие, предписывающие. Дорожные знаки: информационно-указательные, знаки приоритета, знаки сервиса. Азбука безопасности на дороге. В стране дорожных знаков. Памятка велосипедиста. Работа над проектом «Безопасный путь».

Практика:

Составление схемы движения обучающегося от дома до школы «Мой безопасный маршрут от дома до школы». Просмотр обучающих фильмов по правилам дорожного движения.

Беседы: «Дорожные знаки», «Детские игры и дорога», «Памятка велосипедиста». Просмотр фильмов по правилам дорожного движения.

Формы контроля: рисунки, кроссворды, ребусы, головоломки по ПДД.

Раздел 3. Экскурсии – 10 часов.

Теория:

Культура поведения во время экскурсии. Наблюдения за изменениями в природе. Правила для туриста. Здоровье и окружающая среда.

Практика:

Экскурсия на пришкольный участок «Осенние изменения в природе».

Экскурсия на берег реки - наблюдение за природой, осенние изменения.

Экскурсия на водоём - жизнь осеннего водоёма.

Зимняя экскурсия - наблюдения «Деревья зимой».

Экскурсия - лыжная прогулка.

Экскурсия в школьный сад - наблюдение за весенними изменениями в природе.

Экскурсия на берег реки - наблюдение за природой, весенние изменения.

Экскурсия «Лето красное, мы ждём тебя!».

Экскурсия за пределы школьной территории.

Формы контроля: устный опрос, практическая работа, сочинения, рисунки, фотоотчет.

Раздел 4. *Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма – 14 часов.* Теория:

Уроки здоровья. Азбука безопасности. Как вести себя во время пожара в разных ситуациях. Азбука безопасности. Безопасное поведение в быту и на природе. Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.

Практика:

Просмотр и обсуждение учебно-познавательных фильмов:

- «Азбука безопасности на дороге».
- «Уроки осторожности».

- ➤ «Травмы».
- Уроки Тётушки Совы «Строение тела человека».
- «Надежная защита организма».
- «Что такое чрезвычайная ситуация».
- «Правила дорожного движения».
- ➤ «Я и мои поступки».
- «Вредные привычки».
- «Как вести себя, когда один дома».
- «Дорожная азбука».
- ➤ «Осторожно ледоход!».
- ➤ «Как ты познаешь мир».

Формы контроля: защита творческих работ, тестирование.

Раздел 5. Беседы о ЗОЖ – 24 часа.

Теория:

Режим школьника. Утренняя гимнастика. Болезни глаз. Как их предупредить. Гимнастика для глаз. Какие бывают травмы. Азбука питания. Витамины здоровья. Как избежать отравлений. Вредные привычки. Профилактика кариеса. Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний. Интернет- безопасность. Работа над проектом «Основа здорового питания»

Практика:

Просмотр и обсуждение учебно-познавательных фильмов.

Беседы: Как здоровье?, «Причины болезней», «Вредные привычки», «Осторожно – ледоход!», «Тонкий лед», «Безопасное поведение во время подвижных игр в зимний период», «Детские игры и дорога», «Как изменить настроение», «Впереди лето – возможности для отдыха в летнее время», «Расти здоровым», «Азбука питания», «Профилактика болезней» и т д.

Формы контроля: практическая работа, соревнование, кроссворды, рисование героев, выставка рисунков на тему о ЗОЖ, защита проектов.

2-ой модуль (80ч.)

Раздел 1. Подвижные игры и упражнения – 35 часов.

Теория:

Правила и условия проведения подвижных игр. Взаимодействие в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. Использование подвижных игр для организации активного отдыха и досуга.

Адекватные решения в условиях игровой деятельности. Моделирование игровой ситуации.

Выбор в игре оптимальных форм поведения во взаимоотношениях с одноклассниками, друзьями, взрослыми.

Правила и условия проведения ролевых и психологических игр. Взаимодействие в парах и группах при проведении ролевых и психологических игр.

Правила техники безопасности и этикета в условиях игровой деятельности и в жизни.

Практика:

Игровые упражнения: «Пустое место», «Веселые краски», «Третий лишний», «Играем в пионербол».

Игры и упражнения со скакалками «Рыбак и рыбки», «Воробышки», «Казаки - разбойники», «Салочки»

Прыжки через скакалку, «Самый гибкий», «Удочка».

Подвижные игры на свежем воздухе: «Третий лишний», «Хвост дракона», футбол, «Сбей кегли», «Меткий стрелок», «Картошка», «Платочек», «Белые кораблики», «День ночь»; «Перебежки», «Светофор», «Снежный гороскоп», «Салочки со снежками», катание на

санках, игра в снежки, «На ледяной дорожке», «Перебежки», «Кладоискатели», «Кораблекрушение», «Море волнуется», «Самый внимательный», игра в волейбол; «Краски», «Выгони мяч», «Птицелов», «Играем в пионербол», «Найди свой цвет», «Веселые краски»

Игры на внимание: «Чей голос?», «Три мудреца», «Что изменилось?».

Упражнения на прыжки «Классы – классики.

Упражнения для правильной осанки.

Зимние игры и забавы.

Русские народные игры.

Игры народов Поволжья.

Игры на внимание: «Чей голос?», «Три мудреца», «Что изменилось?».

Упражнения с мячом.

Игры на прыжки.

Игра – обсуждение: «Как организм помогает себе сам»

Формы контроля: фронтальный опрос, практическое занятие.

Раздел 2. Настольные игры – 12 часов.

Теория:

Знакомство, практикумы и соревнования с настольными играми: шашки, шахматы, домино, лото, развивающие игры и кукольный театр.

Практика:

- «Веселое домино», «шашки», «шахматы», лото.
- Соревнования.
- Игры на развитие внимания «Что изменилось?», «Что лишнее?».

Формы контроля: соревнование, викторина.

Раздел 3.Спортивные игры – 17 часов.

Теория:

Игры на футбольном поле, хоккейной площадке. Игры с элементами баскетбола, волейбола.

Практика:

Занятие на футбольном поле «Учимся играть в футбол»

Игры и упражнения с мячом.

Школа мяча

Игры с мячом «Сбей кегли», «Меткий стрелок», «Перебежки».

Упражнения и игры на хоккейной коробке.

Разминка на катке.

Зимний футбол.

Эстафете на санках.

Занятия по броскам снежками в цель.

Упражнения и игры на свежем воздухе.

Формы контроля: практические занятия, эстафеты, соревнования.

Раздел 4. Спортивные соревнования – 5 часов.

Веселые старты. Эстафеты. Спортивные соревнования между классами с привлечением родителей. Соревнование по шашкам.

Раздел 5. Активный отдых – 9 часов.

Теория:

Игры и упражнения на свежем воздухе.

Практика:

Часы здоровья: «Травмы», «Наши враги грипп и простуда», «Гимнастика для глаз», «Правильная осанка», «Компьютерная безопасность».

Игры народов России.

Игра в снежки, катание с горки.

Игры народов мира.

Экскурсия за пределы школьного участка.

Игры: «Лесное царство», «У медведя на бору».

Импровизированный спектакль «Сказка здоровья».

Игры и упражнения на свежем воздухе: «По тропинке», «Поезд»

Формы контроля: практические занятия, эстафеты, соревнования.

Раздел 6. Итоговое занятие – 2 часа

Итоговое занятие. Повторение и обобщение изученного материала Итоговая диагностика.

Формы контроля: отчёт, итоговая диагностика, театр.

1.5. Планируемые результаты

1-ый модуль (64ч.)

В ходе освоения обучающимися данной программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи.

Учащиеся получат возможность научиться:

– выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- понимать цель выполняемых действий;
- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания.

Учащиеся получат возможность научиться:

- продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
 - объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;

Познавательные

Учащиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

Учащиеся получат возможность научиться:

• осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;

• устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- рассказывать о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
 - договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получат возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений.

Личностные результаты:

У учащихся будет сформировано:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья;

2-ой модуль (80ч)

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
 - о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
 - основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

Учащиеся получат возможность научиться:

– выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
 - вносить коррективы в свою работу.

Учащиеся получат возможность научиться:

- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
 - координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
 - организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

Познавательные

Учащиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

Учащиеся получат возможность научиться:

• осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;

• устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- рассказывать о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
 - договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получат возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений.

Личностные результаты:

У учащихся будет сформировано:

- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей во всех его проявлениях;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении их здоровья во всех его проявлениях.

2. Комплекс организационно – педагогических условий 2.1 Календарный учебный график 3 год обучения (базовый)

1-ый модуль (64ч.)

No	Месяц	Чис	Время	Форма	Кол-во	Тема занятия	Место	Формы
		ЛО	проведения занятия	занятия	часов		прове дения	отчетност и
				едение. 2	ıaca	1	дения	11
1.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	Класс ная комна та	Внешний контроль
2.	сентябрь		14.30-15.30	Анкетир ование	1	Входная диагностика.	Класс ная комна та	диагност ика
			Правила	дорожног	о движен	ия — 14часов		
3.	сентябрь		14.30-15.30	Дискусс ия	1	Составляем безопасный маршрут.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
4.	сентябрь		14.30-15.30	Игра	1	Составляем безопасный маршрут.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
5.	сентябрь		14.30-15.30	Практич еская работа	1	Дорожные знаки: предупреждающ ие, запрещающие, предписывающи е.	Класс ная комна та	Практиче ская работа
6.	сентябрь		14.30-15.30	Виктори на	1	Дорожные знаки: предупреждающ ие, запрещающие, предписывающи е.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
7.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	Дорожные знаки: информационно- указательные, знаки приоритета, знаки сервиса.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
8.	сентябрь		14.30-15.30	Игра- практик ум	1	Дорожные знаки: информационно- указательные,	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль

					SHOKH		
					знаки		
					приоритета,		
9.	сентябрь	14.30-15.30	Беседа	1	знаки сервиса	Класс	Внешний
9.	сентяорь	14.30-13.30	веседа	1	В стране		
					дорожных	ная	контроль,
					знаков.	комна	самоконт
10.	сентябрь	14.30-15.30	Пуудуууда	1	D отполус	та Класс	роль Внешний
10.	сентяорь	14.30-13.30	Дискусс	1	В стране		
			ИЯ		дорожных	ная	контроль,
					знаков.	комна та	самоконт
11.	2011Edeni	14.30-15.30	Ролевая	1	Ротроно	Класс	роль Внешний
11.	сентябрь	14.30-13.30		1	В стране	ная	
			игра		дорожных знаков.		контроль, самоконт
					знаков.	комна	
12.	227777572	14.30-15.30	Беседа	1	Памятка	та Класс	роль Внешний
12.	сентябрь	14.30-13.30	веседа	1			
					велосипедиста.	ная	контроль,
						комна	самоконт
12		14 20 15 20	D	1	П	та	роль
13.	октябрь	14.30-15.30	Виктори	1	Памятка	Класс	Внешний
			на		велосипедиста.	ная	контроль,
						комна	самоконт
1.4	~	14 20 15 20	Б	1	D C	та	роль
14.	октябрь	14.30-15.30	Беседа	1	Работа над	Класс	Внешний
					проектом	ная	контроль,
					«Безопасный	комна	самоконт
1.5	~	14 20 15 20	T	1	путь».	та	роль
15.	октябрь	14.30-15.30	Практич	1	Работа над	Класс	Практиче
			еская		проектом	ная	ская
			работа		«Безопасный	комна	работа
1.0	~	14 20 15 20	7.7	1	путь».	та	11
16.	октябрь	14.30-15.30	Игра	1	Работа над	Класс	Игра
					проектом	ная	
					«Безопасный	комна	
			<u> </u>	10	путь».	та	
1.77	~	14 20 15 20	Экскурси			777	D v
17.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Культура	Школ	Внешний
			РИЯ		поведения во	ьный	контроль,
					время экскурсии.	двор	самоконт
10	_	14.20.17.20	2	1	11. 6	777	роль
18.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Наблюдения за	Школ	Внешний
			Р В В В В В В В В В В В В В В В В В В В		изменениями в	ьный	контроль,
					природе.	двор	самоконт
10	_	1420 1520	<u> </u>	1	TT 6	777	роль
19.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Наблюдения за	Школ	Внешний
			РИЯ		изменениями в	ьный	контроль,
					природе.	двор	самоконт
20	_	14.20.17.20	2	1	П	777	роль
20.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Правила техники	Школ	Внешний
			Р В В В В В В В В В В В В В В В В В В В		безопасности	ьный	контроль,
					для туриста.	двор	самоконт
		44001	n		 	***	роль
21.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Правила техники	Школ	Внешний
			ИЯ]	безопасности	ьный	контроль,

					для туриста.	двор	самоконт
					дли туриста.	двор	роль
22.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Здоровье и	Школ	Внешний
			ия		окружающая	ьный	контроль,
					среда.	двор	самоконт
							роль
23.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Здоровье и	Школ	Внешний
			ия		окружающая	ьный	контроль,
					среда.	двор	самоконт
	_	11.00.15.00	-		_	***	роль
24.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Здоровье и	Школ	Внешний
			ИЯ		окружающая	ьный	контроль,
					среда.	двор	самоконт
25.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Здоровье и	Школ	роль Внешний
23.	адоктяю	14.50-15.50	ия	1	окружающая	ьный	контроль,
			ил		среда.	двор	самоконт
					ереда.	двор	роль
26.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Здоровье и	Школ	Внешний
		- 1100	ИЯ		окружающая	ьный	контроль,
					среда.	двор	самоконт
							роль
	Просмотр	и обсуждение фра	гмента об	учающег	о фильма – 14 часо)B	
27.	октябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Уроки здоровья.	Класс	Внешний
			ри			ная	контроль,
			обсужде			комна	самоконт
			ние			та	роль
20		14 20 15 20	фильма	1	V	Класс	D
28.	октябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Уроки здоровья.		Внешний
			р и обсужде			ная комна	контроль, самоконт
			ние			та	роль
			фильма			14	роль
29.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Уроки здоровья.	Класс	Внешний
	1		ри			ная	контроль,
			обсужде			комна	самоконт
			ние			та	роль
			фильма				
30.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Как вести себя	Класс	Внешний
			ри		во время пожара	ная	контроль,
			обсужде		в разных	комна	самоконт
			ние		ситуациях.	та	роль
31.	ноябрь	14.30-15.30	фильма Просмот	1	Как вести себя	Класс	Внешний
31.	полорь	14.50-15.50	ри	1	во время пожара	ная	контроль,
			обсужде		в разных	Комна	самоконт
			ние		ситуациях.	та	роль
			фильма				1
32.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Как вести себя	Класс	Внешний
	•		ри		во время пожара	ная	контроль,
			обсужде		в разных	комна	самоконт
			ние		ситуациях.	та	роль
			фильма				
33.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Азбука	Класс	Внешний

35. ноя	ябрь	14.30-15.30 14.30-15.30	р и обсужде ние фильма Просмот р и обсужде ние фильма Просмот	1	безопасности. Безопасное поведение в быту и на природе. Азбука безопасности. Безопасное поведение в быту и на	ная комна та Класс ная комна та	контроль, самоконт роль Внешний контроль, самоконт роль
35. ноя			ние фильма Просмот р и обсужде ние фильма	1	поведение в быту и на природе. Азбука безопасности. Безопасное поведение в быту и на	Та Класс ная комна	внешний контроль, самоконт
35. ноя			фильма Просмот р и обсужде ние фильма	1	быту и на природе. Азбука безопасности. Безопасное поведение в быту и на	Класс ная комна	Внешний контроль, самоконт
35. ноя			Просмот р и обсужде ние фильма	1	природе. Азбука безопасности. Безопасное поведение в быту и на	ная комна	контроль, самоконт
35. ноя			р и обсужде ние фильма	1	Азбука безопасности. Безопасное поведение в быту и на	ная комна	контроль, самоконт
35. ноя			р и обсужде ние фильма	1	безопасности. Безопасное поведение в быту и на	ная комна	контроль, самоконт
	ябрь	14.30-15.30	обсужде ние фильма		Безопасное поведение в быту и на	комна	самоконт
	ябрь	14.30-15.30	ние фильма		поведение в быту и на		
	ябрь	14.30-15.30	фильма		быту и на	та	none
	ябрь	14.30-15.30	1			1	LOUR
	ябрь	14.30-15.30	Просмот		Î.		
	ябрь	14.30-15.30	Просмот	- 4	природе.		- ·
36. ноя				1	Азбука	Класс	Внешний
36. ноя			ри		безопасности.	ная	контроль,
36. ноя		1	обсужде		Безопасное	комна	самоконт
36. ноя			ние		поведение в	та	роль
36. ноя			фильма		быту и на		
36. ноя					природе.		
1	ябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Азбука	Класс	Внешний
			ри		безопасности.	ная	контроль,
			обсужде		Безопасное	комна	самоконт
			ние		поведение в	та	роль
			фильма		быту и на		
					природе.		
37. ноя	ябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Обучающие	Класс	Внешний
			ри		фильмы из	ная	контроль,
			обсужде		интернет -	комна	самоконт
			ние		ресурсов.	та	роль
			фильма				
38. ноя	ябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Обучающие	Класс	Внешний
			ри		фильмы из	ная	контроль,
			обсужде		интернет -	комна	самоконт
			ние		ресурсов.	та	роль
			фильма				
39. ноя	ябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Обучающие	Класс	Внешний
			ри		фильмы из	ная	контроль,
			обсужде		интернет -	комна	самоконт
			ние		ресурсов.	та	роль
			фильма				
40. ноя	ябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Обучающие	Класс	Внешний
			ри		фильмы из	ная	контроль,
			обсужде		интернет -	комна	самоконт
			ние		ресурсов.	та	роль
			фильма				
	•	·	Беседы о ЗС	ОЖ − 24 ч	iaca.		
41. ноя	ябрь	14.30-15.30	Дискусс	1	Режим	Класс	Внешний
	1		ия		школьника.	ная	контроль,
					Утренняя	комна	самоконт
					гимнастика.	та	роль
42. ноя	ябрь	14.30-15.30	Игра	1	Режим	Класс	Внешний
	r -	150 15.50	1	•	школьника.	ная	контроль,
					Утренняя	комна	самоконт
					гимнастика.	та	роль
43. ноя	ябрь	14.30-15.30	Практич	1	Болезни глаз.	Класс	Практиче
75. 1107	v. h.	11.50 15.50	еская	1	Как их	ная	ская

			работа		предупредить. Гимнастика для глаз.	комна та	работа
44.	ноябрь	14.30-15.30	Виктори на	1	Болезни глаз. Как их предупредить. Гимнастика для глаз.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
45.	ноябрь	14.30-15.30	Беседа	1	Какие бывают травмы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
46.	ноябрь	14.30-15.30	Игра- практик ум	1	Какие бывают травмы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
47.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Азбука питания.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
48.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс ия	1	Азбука питания.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
49.	декабрь	14.30-15.30	Ролевая игра	1	Витамины здоровья.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
50.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Витамины здоровья.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
51.	декабрь	14.30-15.30	Виктори на	1	Как избежать отравлений.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
52.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Как избежать отравлений.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
53.	декабрь	14.30-15.30	Практич еская работа	1	Вредные привычки.	Класс ная комна та	Практиче ская работа
54.	декабрь	14.30-15.30	Игра	1	Вредные привычки.	Класс ная комна та	Игра
55.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс ия	1	Профилактика кариеса.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
56.	декабрь	14.30-15.30	Игра	1	Профилактика кариеса.	Класс ная	Внешний контроль,

						комна	самоконт
	-	11.00.17.00	-	4	T.0	та	роль
57.	декабрь	14.30-15.30	Практич	1	Комплекс	Класс	Внешний
			еская		упражнений для	ная	контроль,
			работа		профилактики	комна	самоконт
					простудных	та	роль
					заболеваний.		
58.	декабрь	14.30-15.30	Виктори	1	Комплекс	Класс	Внешний
			на		упражнений для	ная	контроль,
					профилактики	комна	самоконт
					простудных	та	роль
					заболеваний.		
59.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Интернет-	Класс	Внешний
					безопасность.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
60.	декабрь	14.30-15.30	Игра-	1	Интернет-	Класс	Внешний
	1		практик		безопасность.	ная	контроль,
			ум			комна	самоконт
						та	роль
61.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Интернет-	Класс	Внешний
	, , ,				безопасность.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
62.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс	1	Работа над	Класс	Внешний
			ия		проектом	ная	контроль,
					«Основа	комна	самоконт
					здорового	та	роль
					питания».		F
63.	декабрь	14.30-15.30	Ролевая	1	Работа над	Класс	Внешний
	AF		игра		проектом	ная	контроль,
			in pu		«Основа	комна	самоконт
					здорового	та	роль
					питания».	100	Polib
64.	январь	14.30-15.30	Беседа	1	Работа над	Класс	Внешний
	Dup	150 15.50	Боода		проектом	ная	контроль,
					«Основа	комна	самоконт
					здорового	та	роль
					питания».	144	Post
					11111 WIII1/1//		

Итого: 64 часа

2-ой модуль (80ч.)

Подвижные игры и упражнения – 35 часов.

		подвиживе и	J J 1	-			
1.	январь	14.30-15.30	Инструк	1	Правила и	Спорт	Внешний
			таж,		условия	ивный	контроль,
			беседа		проведения	зал	самоконт
					подвижных игр.		роль
2.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
					условия	ивный	контроль,
					проведения	зал	самоконт
					подвижных игр.		роль
3.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
					условия	ивный	контроль,

					проведения	зал	самоконт
					подвижных игр.		роль
4.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
					условия	ивный	контроль,
					проведения	зал	самоконт
					подвижных игр.		роль
5.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Правила и	Спорт	Внешний
					условия	ивный	контроль,
					проведения	зал	самоконт
		14 20 15 20	TI	1	подвижных игр.	0	роль
6.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
7.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	роль Внешний
7.	инварь	14.50-15.50	riipa	1	народов.	ивный	контроль,
					пародов.	зал	самоконт
						34.1	роль
8.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
	1		1		народов.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
							роль
9.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
							роль
10.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
11	gyrpogy.	14.30-15.30	Mrmo	1	Играхх оо	Стопт	роль
11	январь	14.50-15.50	Игра	1	Игры со скакалкой.	Спорт ивный	Внешний
					CRARAJIKOM.	зал	контроль, самоконт
						3631	роль
12	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры с мячом,	Спорт	Внешний
	1 1		1		обручами.	ивный	контроль,
						зал	самоконт
							роль
13	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры с мячом.	Спорт	Внешний
						ивный	контроль,
						зал	самоконт
							роль
14	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
					скакалкой,	ивный	контроль,
					мячом,	зал	самоконт
1 5	done s = s	14 20 15 20	II	1	обручами.	C	роль
15	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
					скакалкой,	ивный	контроль, самоконт
					мячом, обручами.	зал	
16	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	роль Внешний
10	февраль	14.50-15.50	rnpa	1	упражнений на	ивный	контроль,
					равновесие.	зал	самоконт
					l ramana.		роль

17	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
		1			упражнений на	ивный	контроль,
					равновесие.	зал	самоконт
							роль
18	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
			_		упражнений на	ивный	контроль,
					равновесие.	зал	самоконт
							роль
19	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
	4.25	1.100 10.00	1111190	_	упражнений на	ивный	контроль,
					равновесие.	зал	самоконт
					равновесне.	Just	роль
20.	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
20.	февраль	14.50-15.50	rnpa	1	упражнений на	ивный	
					* *		контроль,
					равновесие.	зал	самоконт
21	1	14 20 15 20	17	1	TC	C	роль
21	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений для	ивный	контроль,
					укрепления	зал	самоконт
					осанки.		роль
22	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений для	ивный	контроль,
					укрепления	зал	самоконт
					осанки.		роль
23	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
			_		упражнений для	ивный	контроль,
					укрепления	зал	самоконт
					осанки.		роль
24	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
			1		упражнений для	ивный	контроль,
					укрепления	зал	самоконт
					осанки.		роль
25	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
	4.25	1.100 10.00	11111	_	упражнений для	ивный	контроль,
					укрепления	зал	самоконт
					осанки.	Just	роль
26	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
20	февраль	14.30-13.30	rnpa	1		ивный	
					упражнений для		контроль,
					профилактики	зал	самоконт
					простудных		роль
27	1	14 20 15 20	II	1	заболеваний.	C	Desc
27	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений для	ивный	контроль,
					профилактики	зал	самоконт
					простудных		роль
					заболеваний.		
28	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений для	ивный	контроль,
					профилактики	зал	самоконт
					простудных		роль
				<u> </u>	заболеваний.	<u>L</u>	
29	март	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
	•				упражнений для	ивный	контроль,
		ı					

					простудных		роль
					заболеваний.		Роль
30	март	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
31	март	14.30-15.30	Игра	1	Эмоции, стресс, чувства, поступки человека.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
32	март	14.30-15.30	Игра	1	Эмоции, стресс, чувства, поступки человека.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
33	март	14.30-15.30	Игра	1	Эмоции, стресс, чувства, поступки человека.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
34	март	14.30-15.30	Игра	1	Эмоции, стресс, чувства, поступки человека.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
35	март	14.30-15.30	Игра	1	Эмоции, стресс, чувства, поступки человека.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, самоконт роль
		Hac	тольные и	гры – 12	ч часов		
36	март	14.30-15.30	Настоль ная игра	1	Развивающие настольные игры	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
37	март	14.30-15.30	Настоль ная игра	1	Развивающие настольные игры	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
38	март	14.30-15.30	Настоль ная игра	1	Развивающие настольные игры	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
39	март	14.30-15.30	Настоль ная игра	1	Развивающие настольные игры	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
40	март	14.30-15.30	Настоль ная игра	1	Игры на развитие внимания.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
41	март	14.30-15.30	Настоль ная игра	1	Игры на развитие внимания.	Класс ная комна та	Внешний контроль, самоконт роль
42	март	14.30-15.30	Настоль ная игра	1	Игры на развитие	Класс ная	Внешний контроль,

					внимания.	комна	самоконт
10		11201720	**			та	роль
43	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
			ная игра		развитие	ная	контроль,
					внимания.	комна	самоконт
						та	роль
44	март	14.30-15.30	Настоль	1	Кукольный	Класс	Внешний
			ная игра		театр.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
45	март	14.30-15.30	Настоль	1	Кукольный	Класс	Внешний
			ная игра		театр.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
46	апрель	14.30-15.30	Настоль	1	Игры-	Класс	Внешний
	_		ная игра		соревнования.	ная	контроль,
			_			комна	самоконт
						та	роль
47	апрель	14.30-15.30	Настоль	1	Игры-	Класс	Внешний
	1		ная игра		соревнования.	ная	контроль,
			1		1	комна	самоконт
						та	роль
		Спо	ртивные и	игры – 17	7 часов.	1	I F
48	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
10	штрель	11.50 15.50	ная игра	1	футбольном	ьная	контроль,
			палтра		поле.	площа	самоконт
					none.	дка	роль
49	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
77	апрель	14.50 15.50	ная игра	1	футбольном	ьная	контроль,
			палтра		поле.	площа	самоконт
					none.	,	
50	опрон	14 20 15 20	Спортир	1	Игруула	дка Школ	роль Внешний
30	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на		
			ная игра		площадке.	ьная	контроль,
						площа	самоконт
<i>[</i> 1		14 20 15 20	C	1	TI	дка	роль
51	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
			ная игра		площадке.	ьная	контроль,
						площа	самоконт
		1420 1520		4	**	дка	роль
52	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
			ная игра		площадке.	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
53	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
			ная игра		элементами	ьная	контроль,
					баскетбола.	площа	самоконт
						дка	роль
54	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
			ная игра		элементами	ьная	контроль,
					баскетбола.	площа	самоконт
						дка	роль
55	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
	_		ная игра		элементами	ьная	контроль,
			r		волейбола.	площа	самоконт
1	1	1	I		1 3011011001141	шощи	1

						дка	роль
56	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
			ная игра		элементами	ьная	контроль,
			F		волейбола.	площа	самоконт
						дка	роль
57	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
	1		ная игра		элементами	ьная	контроль,
			1		баскетбола,	площа	самоконт
					волейбола	дка	роль
58	апрель	14.45-15.45	Спортив	1	Эстафета	Школ	Внешний
			ная игра		1	ьная	контроль,
			1			площа	самоконт
						дка	роль
59	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Круговая	Школ	Внешний
			ная игра		эстафета	ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
60	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Школа мяча	Школ	Внешний
			ная игра			ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
61	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
			ная игра			ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
62	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
			ная игра			ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
63	май	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
			ная игра			ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
64	май	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Школ	Внешний
			ная игра			ьная	контроль,
						площа	самоконт
						дка	роль
					я – 5 часов.	T ***	I 5 V
65.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Веселые старты.	Школ	Внешний
			ния			ьная	контроль,
						площа	самоконт
		1420 1520				дка	роль
66.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Веселые старты.	Школ	Внешний
			ния			ьная	контроль,
						площа	самоконт
67	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	1420 1520	Comme	1	Doma di amara	дка	роль
67.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Эстафеты.	Школ	Внешний
			РИН			ьная	контроль,
						площа	самоконт
60	MOX	14 20 15 20	Состата	1	Domodramy	дка	роль
68.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Эстафеты.	Школ	Внешний
			РИН			ьная	контроль,
						площа	самоконт
	1		1	<u> </u>		дка	роль

69.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Спортивные	Школ	Внешний
0).	Man	14.50-15.50	ния	1	спортивные	ьная	
			пил		между классами	площа	контроль, самоконт
					_	·	
					с привлечением родителей.	дка	роль
		Δ1	 КТИВНЫЙ ОТ	TILIV _ 9			
70.	май	14.30-15.30	Беседа	<u>дых — 7</u> 1	Час здоровья.	Класс	Внешний
70.	Wan	14.50 15.50	Беседа	1	пас эдоровых.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
71.	май	14.30-15.30	Беседа	1	Час здоровья.	Класс	Внешний
/1.	Ман	14.50-15.50	веседа	1	час здоровья.		
						ная	контроль,
						комна	самоконт
72.	май	14.30-15.30	Игро	1	Постионовия	та Класс	роль Внешний
12.	Маи	14.30-13.30	Игра	1	Час здоровья		
						ная	контроль,
						комна	самоконт
72	май	14 20 15 20	T.Z	1	T7	та Класс	роль
73.	Маи	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов		Внешний
			народов		России.	ная	контроль,
						комна	самоконт
7.4	U	14 20 15 20	7.7	1	TT	та	роль
74.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
			народов		России.	ная	контроль,
						комна	самоконт
7.5		14 20 15 20	**		***	та	роль
75.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
			мира		мира.	ная	контроль,
						комна	самоконт
7.6		14 20 15 20	**		***	та	роль
76.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
			мира		мира.	ная	контроль,
						комна	самоконт
		1120 1720	5			та	роль
77.	май	14.30-15.30	Экскурс	1	Экскурсия за	Класс	Внешний
			ИЯ		пределы школы.	ная	контроль,
						комна	самоконт
		11.20.12.20				та	роль
78.	май	14.30-15.30	Наблюд	1	Экскурсия за	Класс	Внешний
			ение		пределы школы.	ная	контроль,
						комна	самоконт
						та	роль
5 0			тоговое зан			T.C.	п
79.	май	14.30-15.30	Диагнос	1	Итоговое	Класс	Диагност
			тика		занятие	ная	ика
						комна	
			<u> </u>			та	_
80.	май	14.30-15.30	Защита	1	Итоговое	Класс	Защита
					DOLLGELIA	TTOG	THOOTETOD
			проекто		занятие	ная	проектов
			проекто в		занятис	комна	учащихся
			1 -		занятис		-

Итого: 80 часов

1.3 Содержание программы <u>Учебный план 4 год обучения (базовый)</u> 1-ый модуль (64 ч.)

No	Название раздела,	Количество часов			Формы	Формы	
п/п	темы	Всего	Теория	Практик	организаци	аттестации	
				a	и занятий	(контроля)	
1							
	Вводное занятие.	2	1	1		Беседа,	
	Инструктаж по					экскурсия по	
	технике безопасности.					школе и	
	Входная диагностика.					прилегающей к	
						ней	
						территории,	
						входная	
	_					диагностика	
2		равила д	орожного	движения -	- 14часов.		
	Составляем схему	2	1	1		Наблюдение.	
	безопасного маршрута.	2	1	1	_	Составление и	
	Причины ДТП.	2	1	1	_	работа с	
	Опасные ситуации.	3	1	2	_	сигнальными	
	В стране дорожных знаков.	3	1	2		карточками и	
	Дороги для	2	1	1	_	схемами	
	велосипедов и	_					
	самокатов.	2	1	1	<u></u>		
	Работа над проектом «Светоотражатели».	3	2	1			
3	«Светоотражатели».	r	- Arckyneug				
<u> </u>	Культура поведения во	1	1 1	10 lacob.	Экскурсия	Наблюдение,	
	время экскурсии.		1			обсуждение	
	Наблюдения за	2	1	1			
	изменениями в природе.						
	Правила техники	3	1	2			
	безопасности в						
	общественном						
	транспорте. Здоровье и	4	1	3	_		
	окружающая среда.	4	1	3			
4	Просмотр и обс	14 часов.					
	Уроки здоровья.	3	2	1		Наблюдение,	
	Как вести себя во	3	2	1		внешний	
	время чрезвычайных					контроль,	
	ситуаций.					анализ и	
	Азбука безопасности в	4	2	2		обсуждение	
	быту и на природе. Обучающие фильмы из	4	3	1	-		
	интернет - ресурсов.			1			
5							
	Режим школьника.	2	1	1		Просмотр и	
	Утренняя гимнастика.	2	1	1	-	обсуждение	
	Как предупредить болезни глаз.	2	1	1		учебно-	
	Гимнастика для глаз.					познавательны	
	Травмы и первая	2	1	1	-	х фильмов,	
	помощь.		1	1		выставка	

	Азбука питания.	2	1	1		рисунков на
	Секреты здоровья.	2	1	1	1	тему о ЗОЖ.
	Как избежать	2	1	1	1	Temy o some
	отравлений.	2	1	1		
	Вредные привычки.	2	1	1		
	Здоровые зубы.	2	1	1		
	Комплекс упражнений	2	1	1		
	для					
	профилактики					
	простудных					
	заболеваний.					
	Интернет- безопасность.	3	1	2		
	Работа над проектом «Если хочешь быть	3	1	2		
	здоров!».					
6			2 ~	(00)		
				уль (80ч.)	25	
	Правила и условия			упражнения 	і — 35 часа.	TT 6
	проведения	1	1			Наблюдение,
	подвижных игр.					анализ
	Подвижные игры.	4		4		
	Игры разных народов.	5	1	4		
	Игры со скакалкой, мячом, обручами.	5	1	4		
	Комплекс упражнений на равновесие.	5	1	4		
	Комплекс упражнений	5	1	4		
	для укрепления		_			
	осанки.					
	Комплекс упражнений	5	1	4	1	
	для			'		
	профилактики					
	простудных					
	заболеваний.					
	Психологические и	5	1	4	7	
	ролевые игры.	***		10		
7	Развивающие			гры – 12ч ча	асов.	-
	настольные игры	4	1	3		
	Игры на развитие внимания.	4	1	3		
	Кукольный театр	2		2		
	Игры- соревнования.	2		2	7	
8		Спор	тивные и	ігры – 17 ча	сов.	•
	Игры на футбольном	5	1	4		Наблюдение,
	поле и детской					анализ
	площадке.					
	Игры с элементами	5	1	4		
	баскетбола, волейбола,					
	футбола.					
	Эстафеты	2		2		
	Школа мяча	1		1		
			1		+	
	Сезонные игры	4		3		
9	Сезонные игры	4 Спортив	HAIE CODE	3 внования —		
9	Сезонные игры Веселые старты.		-	внования — 2	5 часов.	Наблюдение,

	Спортивные	1		1			
	соревнования между						
	классами с						
	привлечением						
	родителей.						
10		Акт	ивный от	дых – 9 час	0В.		
	Час здоровья.	3	1	2		Наблюдение,	
	Игры народов России.	2		2		анализ	
	Подвижные игры на воздухе.	2		2		-	
	Экскурсии за пределы школы.	2		2			
11	Итоговое занятие – 2 часа.						
	Итоговое занятие	2	1	1		Итоговый	
						контроль,	
						диагностика	
	Итого часов: 144 часа	•					

1.4 Содержание учебного плана <u>4 год (базовый)</u> 1-ый модуль (64ч.)

Раздел 1. Введение - 2 часа.

Теория:

Вводное занятие. Требования к поведению учащихся во время занятий, выполнение правил по технике безопасности на площадке, в спортивном зале, на улице, во время экскурсии.

Практика:

- Выполнение правил по технике безопасности на площадке, в спортивном зале, на улице, во время экскурсии, проведении подвижных игр.
 - Подвижные игры на сближение.

Формы контроля: входная диагностика, фронтальный опрос.

Раздел 2.Правила дорожного движения – 14 часов.

Теория:

Составляем схему безопасного маршрута. Причины ДТП. Опасные ситуации.

В стране дорожных знаков. Дороги для велосипедов и самокатов. Работа над проектом «Светоотражатели».

Практика:

Составление схемы движения обучающегося от дома до школы «Мой безопасный маршрут от дома до школы». Просмотр обучающих фильмов по правилам дорожного движения. Разбор опасных ситуаций на дорогах.

Беседы: «Дорожные знаки», «Детские игры и дорога», «Памятка велосипедиста». Просмотр фильмов по правилам дорожного движения.

Формы контроля: рисунки, кроссворды, ребусы, головоломки по ПДД.

Раздел 3. Экскурсии – 10 часов.

Теория:

Культура поведения во время экскурсии. Наблюдения за изменениями в природе. Правила техники безопасности в общественном транспорте. Здоровье и окружающая среда.

Практика:

Экскурсия на пришкольный участок «Осенние изменения в природе».

Экскурсия на берег реки - наблюдение за природой, осенние изменения.

Экскурсия на водоём - жизнь осеннего водоёма.

Зимняя экскурсия - наблюдения «Деревья зимой».

Экскурсия - лыжная прогулка.

Экскурсия в школьный сад - наблюдение за весенними изменениями в природе.

Экскурсия на берег реки - наблюдение за природой, весенние изменения.

Экскурсия «Лето красное, мы ждём тебя!».

Экскурсия за пределы школьной территории.

Формы контроля: устный опрос, практическая работа, сочинения, рисунки, фотоотчет.

Раздел 4. Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма – 14 часов.

Теория:

Уроки здоровья. Как вести себя во время чрезвычайных ситуаций. Азбука безопасности в быту и на природе. Обучающие фильмы из интернет - ресурсов.

Практика:

Просмотр и обсуждение учебно-познавательных фильмов:

- «Азбука безопасности на дороге».
- «Уроки осторожности».
- ➤ «Травмы».
- Уроки Тётушки Совы «Строение тела человека».

- «Надежная защита организма».
- «Что такое чрезвычайная ситуация».
- «Правила дорожного движения».
- ➤ «Я и мои поступки».
- > «Вредные привычки».
- > «Как вести себя, когда один дома».
- ➤ «Дорожная азбука».
- ➤ «Осторожно ледоход!».
- **«Как ты познаешь мир».**

Формы контроля: защита творческих работ, тестирование.

Раздел 5. Беседы о ЗОЖ – 24 часа.

Теория:

Режим школьника. Утренняя гимнастика. Как предупредить болезни глаз. Гимнастика для глаз. Травмы и первая помощь. Азбука питания. Секреты здоровья. Как избежать отравлений. Вредные привычки. Здоровые зубы. Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний. Интернет- безопасность. Работа над проектом «Если хочешь быть здоров!»

Практика:

Просмотр и обсуждение учебно-познавательных фильмов.

Беседы: Как здоровье?, «Причины болезней», «Вредные привычки», «Осторожно – ледоход!», «Тонкий лед», «Травмы и первая помощь», «Безопасное поведение во время подвижных игр в зимний период», «Детские игры и дорога», «Как изменить настроение», «Впереди лето – возможности для отдыха в летнее время», «Расти здоровым», «Азбука питания», «Профилактика болезней» и т д.

Формы контроля: практическая работа, соревнование, кроссворды, рисование героев, выставка рисунков на тему о ЗОЖ, защита проектов.

2-ой модуль (80ч.)

Раздел 1. Подвижные игры и упражнения – 35 часов.

Теория:

Правила и условия проведения подвижных игр. Взаимодействие в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. Использование подвижных игр для организации активного отдыха и досуга.

Адекватные решения в условиях игровой деятельности. Моделирование игровой ситуации.

Выбор в игре оптимальных форм поведения во взаимоотношениях с одноклассниками, друзьями, взрослыми.

Правила и условия проведения ролевых и психологических игр. Взаимодействие в парах и группах при проведении ролевых и психологических игр.

Правила техники безопасности и этикета в условиях игровой деятельности и в жизни.

Практика:

Игровые упражнения: «Пустое место», «Веселые краски», «Третий лишний», «Играем в пионербол».

Игры и упражнения со скакалками «Рыбак и рыбки», «Воробышки», «Казаки - разбойники», «Салочки»

Прыжки через скакалку, «Самый гибкий», «Удочка».

Подвижные игры на свежем воздухе: «Третий лишний», «Хвост дракона», футбол, «Сбей кегли», «Меткий стрелок», «Картошка», «Платочек», «Белые кораблики», «День - ночь»; «Перебежки», «Светофор», «Снежный гороскоп», «Салочки со снежками», катание на санках, игра в снежки, «На ледяной дорожке», «Перебежки», «Кладоискатели», «Кораблекрушение», «Море волнуется», «Самый внимательный», игра в волейбол;

«Краски», «Выгони мяч», «Птицелов», «Играем в пионербол», «Найди свой цвет», «Веселые краски»

Игры на внимание: «Чей голос?», «Три мудреца», «Что изменилось?».

Упражнения на прыжки «Классы – классики.

Упражнения для правильной осанки.

Зимние игры и забавы.

Русские народные игры.

Игры народов Поволжья.

Игры на внимание: «Чей голос?», «Три мудреца», «Что изменилось?».

Упражнения с мячом.

Игры на прыжки.

Игра – обсуждение: «Как организм помогает себе сам»

Формы контроля: фронтальный опрос, практическое занятие.

Раздел 2. Настольные игры – 12 часов.

Теория:

Знакомство, практикумы и соревнования с настольными играми: шашки, шахматы, домино, лото, развивающие игры и кукольный театр.

Практика:

- «Веселое домино», «шашки», «шахматы», лото.
- Игры- соревнования.
- Игры на развитие внимания и памяти «Что изменилось?», «Что лишнее?».

Формы контроля: соревнование, викторина.

Раздел 3.Спортивные игры – 17 часов.

Теория:

Игры на футбольном поле, спортивной площадке. Игры с элементами баскетбола, волейбола, футбола. Школа мяча. Сезонные игры.

Практика:

Занятие на футбольном поле «Учимся играть в футбол»

Игры и упражнения с мячом.

Школа мяча

Игры с мячом «Сбей кегли», «Меткий стрелок», «Перебежки».

Зимний футбол.

Эстафете на санках.

Лыжные прогулки.

Занятия по броскам снежками в цель.

Упражнения и игры на свежем воздухе.

Формы контроля: практические занятия, эстафеты, соревнования.

Раздел 4. Спортивные соревнования – 5 часов.

Веселые старты. Эстафеты. Спортивные соревнования между классами с привлечением родителей. Соревнование по шашкам.

Раздел 5. Активный отдых – 9 часов.

Теория:

Игры и упражнения на свежем воздухе.

Практика:

Часы здоровья: «Травмы», «Наши враги грипп и простуда», «Гимнастика для глаз», «Правильная осанка», «Компьютерная безопасность».

Игры народов России.

Игра в снежки, катание с горки.

Игры народов мира.

Экскурсия за пределы школьного участка.

Игры: «Лесное царство», «У медведя на бору».

Импровизированный спектакль «Сказка здоровья».

Игры и упражнения на свежем воздухе: «По тропинке», «Поезд»

Формы контроля: практические занятия, эстафеты, соревнования.

Раздел 6. Итоговое занятие – 2 часа

Итоговое занятие. Повторение и обобщение изученного материала. Итоговая диагностика.

Формы контроля: отчёт, итоговая диагностика, театр.

1.5. Планируемые результаты

1-ый модуль (64ч.)

В ходе освоения обучающимися данной программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи.

Учащиеся получат возможность научиться:

– выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- понимать цель выполняемых действий;
- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания.

Учащиеся получат возможность научиться:

- продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
 - объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;

Познавательные

Учащиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

Учащиеся получат возможность научиться:

- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- рассказывать о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
 - договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получат возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений.

Личностные результаты:

У учащихся будет сформировано:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья;

2-ой модуль (80ч)

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
 - о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
 - основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

Учащиеся получат возможность научиться:

– выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня.

Метапредметные результаты:

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
 - вносить коррективы в свою работу.

Учащиеся получат возможность научиться:

- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
 - координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
 - организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

Познавательные

Учащиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

Учащиеся получат возможность научиться:

- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- рассказывать о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
 - договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получат возможность научиться:

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений.

Личностные результаты:

У учащихся будет сформировано:

- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей во всех его проявлениях;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении их здоровья во всех его проявлениях.

2. Комплекс организационно – педагогических условий. 2.1 Календарный учебный график 4 год обучения (базовый)

1-ый модуль (64ч.)

<u>№</u>	Месяц	Чис	Время	Форма	Кол-во	Тема занятия	Место	Формы
		ЛО	проведения	занятия	часов		прове	отчетности
			занятия				дения	
		T		Введение -	2 часа	T		
1.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	Вводное	Класс	Внешний
						занятие.	ная	контроль
						Инструктаж по	комна	
						технике	та	
						безопасности.		
2.	сентябрь		14.30-15.30	Анкетир	1	Входная	Класс	диагностика
				ование		диагностика.	ная	
							комна	
							та	
			Пра	вила доро	жного дві	ижения – 14часов		
3.	сентябрь		14.30-15.30	Дискусс	1	Составляем	Класс	Внешний
				ия		схему	ная	контроль,само
						безопасного	комна	контроль
						маршрута.	та	_
4.	сентябрь		14.30-15.30	Игра	1	Составляем	Класс	Внешний
	_					схему	ная	контроль,само
						безопасного	комна	контроль
						маршрута.	та	_
5.	сентябрь		14.30-15.30	Практич	1	Причины ДТП.	Класс	Практическая
				еская			ная	работа
				работа			комна	
							та	
6.	сентябрь		14.30-15.30	Виктори	1	Причины ДТП.	Класс	Внешний
	_			на			ная	контроль,само
							комна	контроль
							та	_
7.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	Опасные	Класс	Внешний
						ситуации.	ная	контроль,само
							комна	контроль
							та	_
8.	сентябрь		14.30-15.30	Игра-	1	Опасные	Класс	Внешний
				практик		ситуации.	ная	контроль,само
				ум			комна	контроль
							та	
9.	сентябрь		14.30-15.30	Беседа	1	В стране	Класс	Внешний
						дорожных	ная	контроль,само
						знаков.	комна	контроль
							та	_
10.	сентябрь		14.30-15.30		1	В стране	Класс	Внешний
						дорожных	ная	контроль,самс
						знаков.	комна	контроль

						та	
						1 a	
11.	сентябрь	14.30-15.30	Ролевая	1	В стране	Класс	Внешний
11.	сситлорь	14.50-15.50		1	дорожных	ная	
			игра		знаков.		контроль, само
					знаков.	комна	контроль
12.	couragn	14.30-15.30	Беседа	1	Пороги инд	та Класс	Внешний
12.	сентябрь	14.50-15.50	веседа	1	Дороги для		
					велосипедов и	ная	контроль, само
					самокатов.	комна	контроль
12		14 20 15 20	Descendence	1	Положе	Та	D
13.	октябрь	14.30-15.30	Виктори	1	Дороги для	Класс	Внешний
			на		велосипедов и	ная	контроль,само
					самокатов.	комна	контроль
1.4	_	14.20.15.20	Г	1	D 6	та	D v
14.	октябрь	14.30-15.30	Беседа	1	Работа над	Класс	Внешний
					проектом	ная	контроль,само
					«Светоотражате	комна	контроль
1.5		14.00.15.00			ли».	та	-
15.	октябрь	14.30-15.30	Практич	1	Работа над	Класс	Практическая
			еская		проектом	ная	работа
			работа		«Светоотражате	комна	
					ли».	та	
16.	октябрь	14.30-15.30	Игра	1	Работа над	Класс	Игра
					проектом	ная	
					«Светоотражате	комна	
					ЛИ≫.	та	
	1			урсия – 1		Т	I
17.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Культура	Школ	Внешний
			ия		поведения во	ьный	контроль,само
					время экскурсии.	двор	контроль
18.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Наблюдения за	Школ	Внешний
			ия		изменениями в	ьный	контроль,само
					природе.	двор	контроль
19.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Наблюдения за	Школ	Внешний
			ИЯ		изменениями в	ьный	контроль,само
					природе.	двор	контроль
20.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Правила техники	Школ	Внешний
			ия		безопасности в	ьный	контроль,само
					общественном	двор	контроль
					транспорте.		
21.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Правила техники	Школ	Внешний
			ИЯ		безопасности в	ьный	контроль,само
					общественном	двор	контроль
					транспорте.	_	_
22.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Правила техники	Школ	Внешний
	•		ИЯ		безопасности в	ьный	контроль,само
					общественном	двор	контроль
					транспорте.	•	
L	1	1			1 1 1 1		

23.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Здоровье и	Школ	Внешний
			ия		окружающая	ьный	контроль,само
					среда.	двор	контроль
24.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Здоровье и	Школ	Внешний
			ия		окружающая	ьный	контроль,само
					среда.	двор	контроль
25.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Здоровье и	Школ	Внешний
			RИ		окружающая	ьный	контроль,само
					среда.	двор	контроль
26.	октябрь	14.30-15.30	Экскурс	1	Здоровье и	Школ	Внешний
			ия		окружающая	ьный	контроль,само
					среда.	двор	контроль
	Просмот	р и обсуждение ф	рагмента	обучающ	его фильма – 14 ча	асов	
27.	октябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Уроки здоровья.	Класс	Внешний
			ри			ная	контроль,само
			обсужде			комна	контроль
			ние			та	1
			фильма				
28.	октябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Уроки здоровья.	Класс	Внешний
	1		ри		,,,,	ная	контроль,само
			обсужде			комна	контроль
			ние			та	
			фильма			1	
29.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Уроки здоровья.	Класс	Внешний
	поморъ	11.50 15.50	ри	_	у роки эдоровы.	ная	контроль,само
			обсужде			комна	контроль
			ние			та	контроль
			фильма			14	
30.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Как вести себя	Класс	Внешний
	поморъ	11.50 15.50	ри	_	во время	ная	контроль,само
			обсужде		чрезвычайных	комна	контроль
			ние		ситуаций.	та	Kempens
			фильма		оптуации.	14	
31.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Как вести себя	Класс	Внешний
	nenepo	1.100 10.00	ри		во время	ная	контроль,само
			обсужде		чрезвычайных	комна	контроль
			ние		ситуаций.	та	nemp end
			фильма			1	
32.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Как вести себя	Класс	Внешний
32.	полоры	11.50 15.50	ри		во время	ная	контроль,само
			обсужде		чрезвычайных	комна	контроль
			ние		ситуаций.	та	контроль
			фильма		оптуации.	14	
33.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Азбука	Класс	Внешний
		150 15.50	ри		безопасности в	ная	контроль,само
			обсужде		быту и на	комна	контроль
			ние		природе.	та	Kempens
			фильма		природе.	14	
34.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Азбука	Класс	Внешний
J-7.	полорь	1 7.30 13.30	ри	1	безопасности в	ная	контроль, само
			ри обсужде		быту и на	комна	контроль, само
			ние		природе.	та	Koniponi
			TIFIC	1	природс.	1α	<u> </u>

			фильма				
35.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Азбука	Класс	Внешний
			ри		безопасности в	ная	контроль,само
			обсужде		быту и на	комна	контроль
			ние		природе.	та	
			фильма				
36.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Азбука	Класс	Внешний
			ри		безопасности в	ная	контроль,само
			обсужде		быту и на	комна	контроль
			ние		природе.	та	
25	_	1120 1730	фильма		0.5	7.0	
37.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Обучающие	Класс	Внешний
			ри		фильмы из	ная	контроль,само
			обсужде		интернет -	комна	контроль
			ние		ресурсов.	та	
38.	ноябрь	14.30-15.30	фильма Просмот	1	Обучающие	Класс	Внешний
56.	адокон	14.30-13.30	ри	1	фильмы из	ная	контроль, само
			обсужде		интернет -	комна	контроль, само
			ние		ресурсов.	та	контроль
			фильма		ресурсов.	l a	
39.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Обучающие	Класс	Внешний
	1		ри		фильмы из	ная	контроль,само
			обсужде		интернет -	комна	контроль
			ние		ресурсов.	та	
			фильма				
40.	ноябрь	14.30-15.30	Просмот	1	Обучающие	Класс	Внешний
			ри		фильмы из	ная	контроль,само
			обсужде		интернет -	комна	контроль
			ние		ресурсов.	та	
			фильма	- 201K	24		
41.	vvo a feer	14.30-15.30		<u>10 30ж.</u> 1	– 24 часа.	Итого	Dwayyyy
41.	ноябрь	14.30-13.30	Дискусс ия	1	Режим школьника.	Класс ная	Внешний контроль, само
			ии		Утренняя	Комна	контроль, само
					гимнастика.	та	контроль
42.	ноябрь	14.30-15.30	Игра	1	Режим	Класс	Внешний
12.	полоры	11.30 13.30	III pu	1	школьника.	ная	контроль,само
					Утренняя	комна	контроль
					гимнастика.	та	Rempens
43.	ноябрь	14.30-15.30	Практич	1	Как	Класс	Практическая
	1		еская		предупредить	ная	работа
			работа		болезни глаз.	комна	_
			-		Гимнастика для	та	
					глаз.		
44.	ноябрь	14.30-15.30	Виктори	1	Как	Класс	Внешний
			на		предупредить	ная	контроль,само
					болезни глаз.	комна	контроль
					Гимнастика для	та	
					глаз.		
45.	ноябрь	14.30-15.30	Беседа	1	Травмы и первая	Класс	Внешний
					помощь.	ная	контроль,само

						комна та	контроль
46.	ноябрь	14.30-15.30	Игра- практик ум	1	Травмы и первая помощь.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
47.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Азбука питания.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
48.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс ия	1	Азбука питания.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
49.	декабрь	14.30-15.30	Ролевая игра	1	Секреты здоровья.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
50.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Секреты здоровья.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
51.	декабрь	14.30-15.30	Виктори на	1	Как избежать отравлений.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
52.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Как избежать отравлений.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
53.	декабрь	14.30-15.30	Практич еская работа	1	Вредные привычки.	Класс ная комна та	Практическая работа
54.	декабрь	14.30-15.30	Игра	1	Вредные привычки.	Класс ная комна та	Игра
55.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс ия	1	Здоровые зубы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
56.	декабрь	14.30-15.30	Игра	1	Здоровые зубы.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
57.	декабрь	14.30-15.30	Практич еская работа	1	Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
58.	декабрь	14.30-15.30	Виктори	1	Комплекс	Класс	Внешний

59.	декабрь	14.30-15.30	на Беседа	1	упражнений для профилактики простудных заболеваний. Интернет-	ная комна та	контроль, само контроль
37.	декаорв	14.30-13.30	Беседа	1	безопасность.	ная комна та	контроль,само контроль
60.	декабрь	14.30-15.30	Игра- практик ум	1	Интернет-безопасность.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
61.	декабрь	14.30-15.30	Беседа	1	Интернет- безопасность.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
62.	декабрь	14.30-15.30	Дискусс ия	1	Работа над проектом «Если хочешь быть здоров!».	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
63.	декабрь	14.30-15.30	Ролевая игра	1	Работа над проектом «Если хочешь быть здоров!».	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
64.	январь	14.30-15.30	Беседа	1	Работа над проектом «Если хочешь быть здоров!».	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль

Итого: 64 часа

2-ой модуль (80ч.) Подвижные игры и упражнения – 35 часов.

		подвижн	ыс игры и	ympamne	ния – ээ часов.		
1.	январь	14.30-15.30	Инструк	1	Правила и	Спорт	Внешний
			таж,		условия	ивный	контроль,само
			беседа		проведения	зал	контроль
					подвижных игр.		
2.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Подвижные	Спорт	Внешний
					игры.	ивный	контроль,само
						зал	контроль
3.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Подвижные	Спорт	Внешний
					игры.	ивный	контроль,само
						зал	контроль
4.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Подвижные	Спорт	Внешний
					игры.	ивный	контроль,само
						зал	контроль
5.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Подвижные	Спорт	Внешний
					игры.	ивный	контроль,само
						зал	контроль
6.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,само
						зал	контроль

7.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных народов.	Спорт ивный	Внешний контроль,само
						зал	контроль
8.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,само
						зал	контроль
9.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,само
						зал	контроль
10.	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры разных	Спорт	Внешний
					народов.	ивный	контроль,само
						зал	контроль
11	январь	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
					скакалкой.	ивный	контроль,само
						зал	контроль
12	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры с мячом,	Спорт	Внешний
					обручами.	ивный	контроль,само
						зал	контроль
13	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры с мячом.	Спорт	Внешний
						ивный	контроль,само
						зал	контроль
14	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
					скакалкой,	ивный	контроль,само
					мячом,	зал	контроль
					обручами.		
15	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Игры со	Спорт	Внешний
					скакалкой,	ивный	контроль,само
					мячом,	зал	контроль
					обручами.		
16	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений на	ивный	контроль,само
					равновесие.	зал	контроль
17	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений на	ивный	контроль,само
					равновесие.	зал	контроль
18	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений на	ивный	контроль,само
					равновесие.	зал	контроль
19	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений на	ивный	контроль,само
					равновесие.	зал	контроль
20.	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений на	ивный	контроль,само
					равновесие.	зал	контроль
21	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений для	ивный	контроль,само
					укрепления	зал	контроль
	<u> </u>				осанки.	<u></u>	
22	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс	Спорт	Внешний
					упражнений для	ивный	контроль,само
					укрепления	зал	контроль
			•				

23	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс упражнений для укрепления осанки.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
24	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс упражнений для укрепления осанки.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
25	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс упражнений для укрепления осанки.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
26	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
27	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
28	февраль	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
29	март	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
30	март	14.30-15.30	Игра	1	Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
31	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
32	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
33	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
34	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль
35	март	14.30-15.30	Игра	1	Психологически е и ролевые игры.	Спорт ивный зал	Внешний контроль, само контроль

			Настоль	ные игрь	<u>1 – 12ч часов</u>		
36	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,само
						комна	контроль
						та	
37	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,само
						комна	контроль
						та	
38	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,само
						комна	контроль
						та	
39	март	14.30-15.30	Настоль	1	Развивающие	Класс	Внешний
			ная игра		настольные игры	ная	контроль,само
						комна	контроль
						та	
40	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
			ная игра		развитие	ная	контроль,само
					внимания.	комна	контроль
4.4		11201520	**		**	та	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
41	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
			ная игра		развитие	ная	контроль,само
					внимания.	комна	контроль
10		14 20 17 20	**	1	***	та	D v
42	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
			ная игра		развитие	ная	контроль,само
					внимания.	комна	контроль
12		14 20 15 20	TT	1	TI	та	D
43	март	14.30-15.30	Настоль	1	Игры на	Класс	Внешний
			ная игра		развитие	ная	контроль, само
					внимания.	комна	контроль
44	MODE	14.30-15.30	Настоль	1	Кукольный	та Класс	Внешний
44	март	14.30-13.30		1	театр.	ная	
			ная игра		icaip.	Комна	контроль,само контроль
						та	контроль
45	март	14.30-15.30	Настоль	1	Кукольный	Класс	Внешний
т.	Mapi	11.30 13.30	ная игра	1	театр.	ная	контроль, само
			палтра		rearp.	комна	контроль
						та	контроль
46	апрель	14.30-15.30	Настоль	1	Игры-	Класс	Внешний
.0		11.50 15.50	ная игра	*	соревнования.	ная	контроль,само
			P.		-г	комна	контроль
						та	1
47	апрель	14.30-15.30	Настоль	1	Игры-	Класс	Внешний
•			ная игра		соревнования.	ная	контроль,само
			1		1	комна	контроль
						та	1
	1	•	Спортив	вные игрі	ы – 17 часов.		•
48	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
	i * 1	1	1 *		футбольном	1	I

			1		поле	площа	контроні
					поле.	дка	контроль
49	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
			ная игра		футбольном	ьная	контроль,само
					поле.	площа	контроль
						дка	_
50	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на детской	Школ	Внешний
			ная игра		площадке.	ьная	контроль,само
						площа	контроль
						дка	1
51	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на детской	Школ	Внешний
	1		ная игра		площадке.	ьная	контроль,само
			1			площа	контроль
						дка	
52	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры на	Школ	Внешний
32	anpenb	11.50 15.50	ная игра	•	футбольном	ьная	контроль,само
			палтра		поле, детской	площа	контроль
					площадке.	дка	контроль
53	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
33	апрель	14.30-13.30	-	1	элементами	ьная	
			ная игра		баскетбола.		контроль, само
					Vackeroona.	площа	контроль
54		14 20 15 20	C	1	II-mark a	дка Школ	Внешний
34	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с		
			ная игра		элементами	ьная	контроль, само
					волейбола.	площа	контроль
		14 20 15 20		1	TI	дка	D ~
55	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
			ная игра		элементами	ьная	контроль,само
					волейбола.	площа	контроль
		11201720				дка	
56	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
			ная игра		элементами	ьная	контроль,само
					футбола.	площа	контроль
						дка	
57	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Игры с	Школ	Внешний
			ная игра		элементами	ьная	контроль,само
					баскетбола,	площа	контроль
					волейбола	дка	
58	апрель	14.45-15.45	Спортив	1	Эстафета	Школ	Внешний
			ная игра			ьная	контроль,само
			-			площа	контроль
						дка	_
59	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Круговая	Школ	Внешний
	<u> </u>		ная игра		эстафета	ьная	контроль,само
						площа	контроль
						дка	1
60	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Школа мяча	Школ	Внешний
- 0		12.20	ная игра	-		ьная	контроль,само
			pu			площа	контроль, сам
						дка	Контроль
61	апрель	14.30-15.30	Спортив	1	Сезонные игры	Дка Школ	Внешний
01	шрель	17.30-13.30	-	1	Сезоппыс игры		
	1	1	ная игра			ьная	контроль,сам

						площа	контроль
62	апрель	14.30-15.30	Спортив ная игра	1	Сезонные игры	дка Школ ьная площа	Внешний контроль, само контроль
		11.20.17.20	~			дка	-
63	май	14.30-15.30	Спортив ная игра	1	Сезонные игры	Школ ьная площа дка	Внешний контроль, само контроль
64	май	14.30-15.30	Спортив ная игра	1	Сезонные игры	Школ ьная площа	Внешний контроль, само контроль
			 ПОВТИВНЫ	e conerh	<u> </u>	дка	
65.	май	14.30-15.30	Состяза	1	Веселые старты.	Школ ьная площа дка	Внешний контроль, само контроль
66.	май	14.30-15.30	Состяза ния	1	Веселые старты.	Школ ьная площа дка	Внешний контроль, само контроль
67.	май	14.30-15.30	Состяза ния	1	Эстафеты.	Школ ьная площа дка	Внешний контроль, само контроль
68.	май	14.30-15.30	Состяза ния	1	Эстафеты.	Школ ьная площа дка	Внешний контроль, само контроль
69.	май	14.30-15.30	Состяза ния	1	Спортивные соревнования между классами с привлечением родителей.	Школ ьная площа дка	Внешний контроль, само контроль
				ный отді	ых – 9 часов.	_	
70.	май	14.30-15.30	Беседа	1	Час здоровья.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
71.	май	14.30-15.30	Беседа	1	Час здоровья.	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
72.	май	14.30-15.30	Игра	1	Час здоровья	Класс ная комна та	Внешний контроль, само контроль
73.	май	14.30-15.30	Игры народов	1	Игры народов России.	Класс ная комна	Внешний контроль, само контроль

						та	
74.	май	14.30-15.30	Игры	1	Игры народов	Класс	Внешний
			народов		России.	ная	контроль,само
						комна	контроль
						та	
75.	май	14.30-15.30	Игры	1	Подвижные	Класс	Внешний
			мира		игры на воздухе.	ная	контроль,само
						комна	контроль
						та	
76.	май	14.30-15.30	Игры	1	Подвижные	Класс	Внешний
			мира		игры на воздухе.	ная	контроль,само
						комна	контроль
						та	
77.	май	14.30-15.30	Экскурс	1	Экскурсия за	Класс	Внешний
			ИЯ		пределы школы.	ная	контроль,само
						комна	контроль
						та	
78.	май	14.30-15.30	Наблюд	1	Экскурсия за	Класс	Внешний
			ение		пределы школы.	ная	контроль,само
						комна	контроль
						та	
	ļ				ие – 2 часа.	1	T
79.	май	14.30-15.30	Диагнос	1	Итоговое	Класс	Диагностика
			тика		занятие	ная	
						комна	
						та	
80.	май	14.30-15.30	Защита	1	Итоговое	Класс	Защита
			проекто		занятие	ная	проектов
			В			комна	учащихся
			учащихс			та	
			Я				

Итого: 80 часов

3. Кадровое обеспечение. Педагог дополнительного образования

4. Программно-методическое обеспечение

Методические пособия:

- 1. ФГОС Примерные программы начального образования. «Просвещение», Москва, 2012.
- 2. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. «Просвещение», Москва. 2012.
- 3. Азбука эффективных форм внеурочной деятельности, ОГБУ «Центр ОСИ», Ульяновск, 2018.
- 4. Методическое пособие Мустафина Т.В., Бычинина Т.В. «О здоровом образе жизни» «Сфера», С-Петербург, 2023.
 - 5. Как себя вести. В.Волина, «Дидактика плюс 2», Воронеж, 2010.
 - 6. 365 уроков безопасности» Л.Логинова. Айрис Пресс. Москва. 2009.
- 7. Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры. Мир Книги, Москва. 2016.
 - 8. Все цвета, кроме чёрного. «Вентана Граф», Москва, 2008.
 - 9. Я иду на урок, журнал «Начальная школа», 9/2024.

- 10. Развивающие классные часы и праздники в 1- 4 классах.- Н.ф.Дик, «Феникс», 2016.
- 11. Праздники, викторины, утренники, КВНы.-М,2014.
- 12. Развиваем мышление (серия книг).-Ярославль,2012.
- 13. Энциклопедия «Игры народов мира», М, 1998.

Интернет-ресурсы:

http://www.nsportal.ru

 $\underline{https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/12/27/uroki-zdorovya-v-nachalnyh-klassah}$

https://школа311.pф/index.php/uchebnye-predmety/nachalnaya-shkola/nikitina/897-irina-nikitina https://vk.com/wall-206737446_46301?ysclid=m1dvien8tt556159469

https://www.maam.ru/detskijsad/azbuka-zdorovja-klasnyi-chas.html?ysc

2.3 Формы аттестации.

Формы аттестации включают в себя следующие этапы: входную, промежуточную и итоговую.

1. Входная аттестация (диагностика) проводится с целью выявления уровня подготовки обучающихся.

Входная аттестация проводится в первый месяц учебных занятий с занесением результатов в диагностическую карту.

2. Итоговая аттестация (диагностика) проводится с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств обучающегося и их соответствия прогнозируемым результатам данной программы.

Аналитико-диагностический блок дополнительной общеразвивающей программы включает в себя:

- диагностику обученности (знания, умения, навыки по профилю программы);
- диагностику обучаемости;
- текущую диагностику (зачеты по темам, результаты участия в соревнованиях и т.д.).

Диагностика обученности по профилю программы проводится два раза в год:

- 1 входная диагностика (сентябрь-октябрь);
- 2 итоговая диагностика (апрель-май).

2.4 Оценочные материалы.

Диагностика результатов деятельности объединения проводится на различных этапах усвоения материала. Для проверки эффективности усвоения знаний могут быть применены следующие диагностические методы:

- 1. Практическая работа (создание элементов для коллективного проекта).
- 2. Анкетирование и тестирование.
- 3. Игровые методы (для проверки усвоения текущего материала и практических умений).

Входная диагностика: Проводится первичное тестирование с целью определения уровня заинтересованности по данному направлению и оценки общего кругозора ребёнка.

1.Методика анкетирование «Знания о здоровье». Входная.

Цель: изучить уровень информированности младших школьников о здоровье и ЗОЖ.

Организация: учащимся предлагается ответить на вопросы анкеты, отметив знаком «+» те варианты ответов, которые, по их мнению, являются наиболее точными (один, несколько или все).

- 1. Что такое здоровье?
- а) отсутствие болезней;
- б) способность работать долгое время без усталости;

- в) стремление быть лучше всех;
- г) хорошее настроение;
- 2. Почему важно соблюдать режим дня?
- а) чтобы все успевать;
- б) чтобы быть здоровым;
- в) чтобы меньше уставать;
- г) чтобы не ругали родители;
- 3. Какие из перечисленных правил являются правилами личной гигиены?
- а) мыть руки, вернувшись с улицы, после посещения туалета, перед едой;
- б) чистить зубы два раза в день;
- в) своевременно подстригать ногти;
- г) следить за порядком в доме;
- 4. Для чего нужно закаляться?
- а) чтобы укрепить здоровье;
- б) чтобы все завидовали;
- в) чтобы не боятся холода и жары;
- г) чтобы тренировать силу воли;
- 5. Что значит «питаться правильно»?
- а) есть все, что нравится;
- б) есть в одно и то же время;
- в) есть не менее 4 раз в день;
- г) есть полезную для здоровья пищу;
- 6. Почему нужно больше двигаться?
 - а) чтобы быть выносливым, ловким;
- б) чтобы быть быстрее всех;
- в) чтобы хорошо себя чувствовать;
- г) чтобы не болеть;

Обработка данных: за выбор правильного варианта ответа на вопрос (кроме вариантов 1в, 2г, 3г, 4б, 5а, 6б) учащиеся получают 1 балл. Сумма набранных баллов характеризует уровень знаний о ЗОЖ.

- 0-4 балла низкий уровень. Слабая ориентировка в вопросах сохранения и поддержания здоровья, знания отрывочные и бессистемные.
- 5-9 баллов средний уровень. Знания о здоровье и ЗОЖ фрагментарны, ответы недостаточно осознанные и полные. Система знаний отсутствует.
- 10-14 баллов приемлемый уровень. Хорошая ориентировка в вопросах сферы здравосозидания. Знания достаточно полные, осознанные и систематизированные.
- 15-18 баллов высокий уровень. Необходимый объем и глубина знаний и представлений о ЗОЖ и здоровье. Суждения о принципах и сущности здоровьесбережения точны и приведены в систему.

2.Методика «Мое здоровье».

Цель: определить круг умений и навыков ЗОЖ младших школьников.

Организация: учащимся необходимо из предложенных вариантов ответов подчеркнуть один или несколько, которые для них наиболее верны.

- 1. Кто может позаботиться о твоем здоровье лучше?
- а) я сам; б) родители; в) врачи;
- 2. Как часто ты заботишься о своем здоровье?
- а) ежедневно; б) только, когда напомнят родители; в) никогда;
- 3. Часто ли ты гуляешь на улице?
- а) каждый день; б) иногда; в) не гуляю (гуляю редко);
- 4. Выполняешь ли ты гигиенические процедуры без напоминания взрослых?
- а) чищу зубы; б)мою руки (ноги и т.д.); в)принимаю душ (ванну);

- 5. Выполняешь ли ты режим дня?
- а) всегда; б) изредка; в) не выполняю;
- 6. Как ты ведешь себя во время болезни кого ни будь из членов семьи?
- а) забочусь о больном, беру на себя некоторые обязанности по дому;
- б) сострадаю, но ничем помочь не могу
- в) веду себя так же, как всегда.

Оработка данных: проводится качественный анализ результатов. О сформированности умений и навыков ЗОЖ судят по характеру выборов учащихся. Наиболее предпочтительными являются те из них, которые свидетельствуют о высокой здравосозидательной активности ребенка.

3. Методика «Гигиенические навыки».

Цель: выявить степень сформированности у младших школьников навыков гигиенического поведения (мытье рук).

Организация: перед тем, как класс пойдет обедать в школьную столовую, учитель напоминает детям: «Не забудьте вымыть руки».

В течении недели учитель ведет наблюдение за качеством выполнения каждым из детей гигиенической процедуры по следующим показателям: использование мыла, мытье не только ладоней, но и тыльной поверхности кисти, вытирание рук полотенцем (салфеткой) насухо.

Обработка данных: данные фиксируются в таблице произвольной формы. На основе показателей качества деятельности делается вывод о степени сформированности навыков гигиенического поведения у младших школьников.

4. Методика «Ценностные ориентации».

Цель: выявить место здоровья в системе ценностных ориентаций младших школьников.

Организация: ученикам предлагается расположить предложенные варианты ценностей исходя из их личной значимости.

Здоровье (отсутствие болезней, хорошее настроение).

Благополучие в семье (Любовь, взаимопонимание, достаток и др.).

Материальная обеспеченность (много денег, хорошая одежда и др.).

Счастье других (хорошее отношения между людьми, забота о близких, окружающих людях и др.).

Красота природы, искусства (переживание прекрасного).

Обработка данных: проводится анализ результатов ранжирования; делается вывод о месте здоровья в системе ценностных ориентаций учащихся.

Промежуточная диагностика: В течение всего периода обучения проводится контроль теоретических и практических навыков по основным разделам программы.

Итоговая диагностика: Проводится комплексное тестирование воспитанников.

Экспресс-диагностика представлений о ценности здоровья учащихся

(https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2016/05/17/diagnostiki-i-metodiki-dlya-vyyavleniya)

Инструкция для педагога

Из приведенных далее десяти утверждений о здоровье нужно выбрать (отметить кружком номер) четыре, которые учащийся сочтет наиболее подходящими. Важно объяснить детям, что все утверждения правильные, поэтому проверяется не знание правильного ответа, а отношение к здоровью, как явлению человеческой жизни.

Список утверждений

- 1. Мы здоровы, потому что ведем здоровый образ жизни (двигаемся, правильно питаемся).
- 2. Мы здоровы, если нам повезло: наш организм сильный от природы и может сам защитить себя.
- 3.3дровье это жизнь без вредных привычек (табака, спиртного, наркотиков, переедания и др.).

4. Мы здоровы, потому что умеем отдыхать и расслабляться после учебной и физической нагрузки.

Номер высказывания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
баллы	3	1	3	3	1	2	2	1	1	4
Суммарный балл										

- 5.3доровье зависит от врачей и уровня развития медицины.
- 6.Здоровье зависит, главным образом, от личной гигиены (соблюдения режима дня, привычки чистить зубы и т.п.).
- 7. Когда человек здоров, он хорошо учиться и работает, не волнуется и не болеет. Учеба и здоровье зависят друг от друга.
- 8. Чтобы быть здоровым, надо таким родиться. Здоровье зависит от удачи и от здоровья наших родителей, а мы получаем его по наследству.
- 9. Если есть хорошая квартира, высокая зарплата, удобный график работы, чистая окружающая среда, то есть и здоровье.
- 10. Человек здоров, если он духовно и физически совершенствует себя, постоянно стремится к лучшему.

Анализ исследования

- **13 баллов**: у ребенка высокий уровень ценностного отношения к здоровью (личностно ориентированный тип);
- 11-12 баллов: ребенок осознанно относится к своему здоровью (ресурсно-прагматический тип);
- **9-10 баллов**: ребенок недостаточно осознанно относится к своему здоровью (адаптационно-поддерживающий тип);
- **4-8 баллов**: у ребенка отсутствует сознательное отношение к своему здоровью как к ценности. <u>Примечание</u>. Для выявления в детском коллективе преобладающего отношения к здоровью как к ценности в качестве ценностного отношения к здоровью группы учащихся рассматривается наиболее часто встречающийся вариант из числа возможных индивидуальных ответов.

(https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2016/05/17/diagnostiki-i-metodiki-dlya-vyyavleniya)

Оценка знаний обучающихся проводится визуально во время занятий, а также во время собеседований с преподавателем, или при помощи тестирования.

Итоговый контроль проводится по итогам аттестации в конце учебного года. Формой контроля усвоения учебного материала является участие детей спортивных соревнованиях, конкурсах.

Оценка планируемых результатов освоения программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок» предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Социально одобряемая модель поведения может быть выработана только в результате вовлечения обучающихся в здоровьесберегающие практики. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Контроль и оценка результатов освоения программы осуществляется в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, ролевые игры, конференции, выпуск газет, листовок.

Методика С. Дерябо и В. Ясвина «Индекс отношения к здоровью».

Цель: исследовании ценностных установок и жизненных приоритетов школьников по вопросам здоровья.

Инструкция: обучающиеся определяют степень значимости (важности) для них различных составляющих (жизненных ценностей). Для этого выбирают три наиболее важные и три наименее важные, с их точки зрения, ценности из предлагаемого списка:

- хорошие вещи, материальное благополучие;
- общение с природой;
- общение с друзьями и другими окружающими людьми;
- любовь и семейная жизнь;
- здоровье, здоровый образ жизни;
- труд (профессия, учёба, интересная работа);
- духовность (нравственность, саморазвитие)

Наиболее важные для меня:	Наименее важные для меня:
1	1
2	2
3	3

Обработка результатов

Первой ценности из трёх, которые были названы в качестве наиболее важных, присваивается первый ранг, второй - второй, третьей - третий. Первой ценности из трёх, которые были названы в качестве наименее важных, присваивается седьмой ранг, второй - шестой, третьей - пятый. Ценности, не вошедший ни в первую, ни во вторую группу, присваивается четвёртый ранг.

Ранг, полученный такой ценностью, как «Здоровье, здоровый образ жизни», является окончательным показателем. Если такая ценность получила у испытуемого первый или второй ранг, можно сделать вывод о том, что его отношение к здоровью является высоко доминантным (значимым); если третий, четвёртый или пятый ранг — оно характеризуется средней доминантностью; если шестой или седьмой — ему свойственна низкая доминантность отношения к здоровью.

Методика «Гармоничность образа жизни школьников»

(Н.С. Гаркуша)

Цель: наличие у обучающихся понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни.

Инструкция. Отметьте знаком «+» пункты, характерные для Вашего образа жизни.

Вопросы

	1	. Как І	Вы оп	ениваете	состояние	своего	здоровья	[
--	---	---------	-------	----------	-----------	--------	----------	---

а) хорошее;б) удовлетворительное;в) плохое;г) затрудняюсь ответить.

1. Занимаетесь ли Вы физической культурой или спортом?

№ вопроса		Вариант ответа				
	-	Бланк ответов				
е) играю в ко	омпьютерные игры;	ж) другое.				
д) преимущественно смотрю телевизор (видео);						
в) читаю книги; г) помогаю по дому;						
а) занимаюсь в спортивной секции, кружке; б) провожу время с друзьями;						
8. Как Вы чаще всего проводите свободное время?						
в) никогда.						
б) изредка;						
а) да, активн	70;					
1. Упот	ребляете ли Вы спиртные нап	итки, наркотические вещества или курите?				
в) после 22 ч	асов.					
б) между 21	и 22 часами;					
а) до 21 часа	•					
1. В кот	гором часу ложитесь спать?					
в) нет.						
б) иногда;						
а) да, регуля	рно;					
1. Обеда	аете ли в школьной столовой?					
в) плотно заг	втракаю;	г) курите по дороге в школу.				
а) физическу	лю зарядку;	б) обливание;				
1. Дела	ете ли утром следующее:					
в) не более п	олучаса или вообще не выхожу	на улицу.				
б) около час	a;					
а) чаще всего	о больше 2 часов;					
1. Как д	долго днём бываете на улице, і	на свежем воздухе?				
б) нет, не зап	нимаюсь.					

№ вопроса	Вариант ответа						
	a	б	В	Г	Д	e	ж
1							
2							
3							
4							

5				
6				
7				
8				
Сумма баллов:				

Обработка результатов

Ответы оцениваются по десятибалльной шкале

№ вопроса	Вариант ответа						
	a	б	В	Г	д	e	ж
1	10	5	0	0			
2	10	0					
3	10	5	0				
4	10	10	0	0			
5	10	5	0				
6	10	5	0				
7	0	5	10				
8	10	5	5	5	0	0	0

Подсчитайте общее количество баллов.

Интерпретация

Высокий уровень – **110** – **80 баллов** – осознанное отношение школьников к собственному здоровью; ведение здорового образа жизни; самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Средний уровень – **75** – **50 баллов** – частичное понимание школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни, эпизодическое овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Низкий уровень – **45 баллов и меньше** – отсутствие у школьников понимания ценности и значимости здоровья, ведение образа жизни, способствующего развитию болезней.

Методика «Уровень владения школьниками культурными нормами в сфере здоровья»

(Н.С. Гаркуша)

Цель: изучение уровня владения школьниками культурными нормами в сфере здоровья.

Инструкция. Отметьте знаком «+» характерные для Вас пункты утверждений в вопросах 1, 4, 5, 6, в вопросах 2 и 3 отметьте знаком «+» один из предложенных ответов.

1. Занимаетесь ли Вы:

а) в школьной спортивной секции; б) в спортивной секции других учреждений; в) чтением научной литературы о сохранении своего здоровья; г) просмотром передач на тему здоровья; д) употреблением витаминов; е) чтением энциклопедий для юношей и девушек. 1. Как часто участвуете в спортивных мероприятиях, организуемых после уроков: а) вообще никогда не участвую; б) очень нерегулярно; в) раз или два в неделю; г) три и более раз в неделю. 1. На уроках физической культуры вы занимаетесь: а) с полной отдачей; б) без желания; в) лишь бы не ругали. 1. Какие у Вас отношения с окружающими людьми (родителями, друзьями, учителями): а) полное взаимопонимание; б) доверительные; в) уважительные; г) отсутствие взаимопонимания. 1. Для ведения здорового образа жизни Вы: а) соблюдаете режим дня; б) соблюдаете режим питания и употребляете витаминизированную пищу; в) занимаетесь спортом; г) делаете регулярно утреннюю зарядку; д) не имеете вредных привычек. 1. Как Вы считаете, какие качества Вас характеризуют: а) физическая сила и выносливость;

б) умственная работоспособность;

ж) внимание и наблюдательность;

г) сила воли, выдержка, терпение и упорство;

е) умение видеть и ценить прекрасное в природе, в человеке, в искусстве;

д) объём знаний о здоровом образе жизни;

в) ум, сообразительность;

- з) умение всегда видеть цель и стремиться к ней (целеустремлённость);
- и) умение организовать свой труд (организованность);
- к) умение при необходимости работать самостоятельно, без посторонней помощи;
- л) чуткость и отзывчивость к людям;
- м) умение работать вместе с товарищем, видеть, кому нужна твоя помощь, помогать и принимать помощь от других;
- н) умение подчинять свои желания интересам дела и коллектива;
- о) умение вести себя в обществе, красиво одеваться, причёсываться и т.д;
- п) умение беречь время;
- р) умение контролировать и анализировать свою работу и свои поступки.

Обработка результатов

За все выбранные утверждения в вопросах 1,5,6- по 5 баллов, во 2-5 баллов за 4-е утверждение, в 3-5 баллов за 1-е утверждение, в 4- по 5 баллов за 1-е, 2-е, 3-е утверждения.

Интерпретация

Высокий уровень — **160-130 баллов** — идеальный образ здорового человека, физически активного, укрепляющего здоровье самостоятельно, умеющего сотрудничать с окружающими в вопросах сохранения и укрепления здоровья, в совершенстве владеющего культурными нормами в сфере здоровья.

Средний уровень — 125 — 90 баллов — знания школьников о здоровом образе жизни не являются убеждениями, характерно эпизодическое овладение школьниками практическими навыками сохранения и преумножения здоровья, готовность к сотрудничеству, со взрослыми в вопросах здоровьесберегания.

Низкий уровень – **ниже 85 баллов** – отсутствие у школьников системы элементарных знаний о здоровье и здоровом образе жизни и мотивации к заботе о собственном здоровье; зачастую не выполняются элементарные правила гигиены, не проводятся оздоровительные процедуры.

Участие школьников в здоровьесберегающих и пропагандирующих здоровый образ жизни мероприятиях (Н.С. Гаркуша)

Инструкция. Отметьте знаком «+» мероприятия, в которых вы активно принимаете участие:

- в спортивных соревнованиях;
- в спортивных праздниках;
- в туристических походах;
- в проведении дней, недель здоровья;
- в подготовке лекций и бесед о здоровом образе жизни;
- в подготовке открытых уроков и внеклассных мероприятий;
- в различных подвижных, спортивных играх, эстафетах;
- в проведении физкультминуток, физкультпауз;
- в разработке проектов, программ, сценариев праздников здоровья;
- в создании творческих работ и исследовательских проектов о здоровье;

- в конкурсах рисунков и плакатов о здоровом образе жизни;
- в конкурсах сочинений, изложений, диктантов о здоровом образе жизни;
- в молодёжных акциях, направленных на профилактику вредных привычек.

Обработка результатов

Каждый плюс оценивается 10 баллами.

Интерпретация

Высокий уровень — **130** — **100 баллов** — наличие физической и творческой активности детей как элемента стиля жизни, то есть целеустремленная деятельность школьника для укрепления здоровья, развития физического потенциала и достижения физического совершенства, для эффективной реализации своих задатков с учётом личностной мотивации и социальных потребностей.

Средний уровень – 90 – 50 баллов – недостаточная активность в мероприятиях здоровьесберегающей направленности вследствие отсутствия в должной степени мотивации на ведение здорового образа жизни.

Низкий уровень — **меньше 40 баллов** — отсутствует потребность ведения здорового образа жизни, проявляется пассивность в самосовершенствовании и самореализации в процессе приобретения знаний о здоровье человека.

Определение общего уровня сформированности культуры здоровья школьников (Н.С. Гаркуша)

Для обобщения полученного материала и определения уровня культуры здоровья школьников необходимо суммировать результаты последних трёх анкет и для вычисления итогового среднего балла сумму необходимо разделить на три.

Получаются следующие уровни здоровья:

Высокий уровень воспитанности культуры здоровья школьников – 135 – 100

баллов. Осознание школьниками ценности здоровья, ведение здорового образа жизни, наличие представлений о сущности здоровья; самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья; высокая творческая активность; умение сотрудничать со взрослыми в вопросах сохранения и укрепления здоровья; активное участие школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.

Средний уровень воспитанности культуры здоровья школьников – 100 – 60 баллов. Частичное понимание школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни; наличие элементарных знаний о здоровье; эпизодическое овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья, стремление к самосовершенствованию и творческому выражению; готовность к сотрудничеству со взрослыми в вопросах сохранения и укрепления здоровья; нерегулярное участие школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.

Низкий уровень воспитанности культуры здоровья школьников – меньше 60 баллов. Отсутствие у школьников системы элементарных знаний о здоровье и здоровом образе жизни; наличие вредных привычек, хронических заболеваний, ведение образа жизни, способствующего

Несомненно, лучшим показателем результативности данной программы следует считать снижение уровня заболеваемости учащихся в течение всего периода обучения. На основании данных

о количестве и продолжительности заболеваний за учебный год составляются сравнительная таблина.

Итоговая диагностика «Что мы знаем о здоровье»

1. Как называется особая чувствительность к некоторым веществам?

- а) инфекция
- б) эпидемия
- в) аллергия
- 2. Как не передаются кишечных заболеваний?
- а) по воздуху
- б) с пищей
- в) с грязными руками
- 3. Что вредит здоровью?
- а) игры на свежем воздухе
- б) малоподвижный образ жизни
- в) плавание, катание на лыжах
- 4. Что не вредит здоровью?
- а) курение
- б) закаливание
- в) спиртное
- 5. Как передаются возбудители инфекционных заболеваний?
- а) по воздуху
- б) с пищей
- в) с водой
- 6. Какое заболевание не относится к инфекционным?
- а) грипп
- б) дизентерия
- в) ветрянка
- 7. Какое вещество разрушает организм и, в конце концов, убивает человека?
- а) никотин
- б) алкоголь
- в) наркотики
- 8. Что не поможет организму стать сильнее?
- а) занятие спортом
- б) закаливание
- в) вкусная пища
- 9. Какое питание нельзя назвать здоровым?
- а) регулярное
- б) без спешки
- в) однообразное

Интерпретация (1 бал -1 правильный ответ)

- 8-9 баллов- ты хорошо осведомлён о здоровье
- 5-6 баллов тебе надо задуматься о здоровье

Меньше 5 – твоё здоровье в опасности.

2.5 Методические материалы.

Основные формы проведения занятий по данной программе: игры на свежем воздухе, эстафеты, соревнования, конкурсы.

Дидактические материалы:

- 1. Наборы сюжетных картинок.
- 2. Презентации.
- 3. Настольные развивающие игры.
- 4. Спортивное лото.
- 5. Викторины.
- **6.** Натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы,): овощи, фрукты, солнце, вода, аптечка, зубные щетки, и др.
- **7.** Изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы), плакаты.
 - 8. Комплексы физических упражнений.
 - 9. Костюмы и декорации для инсценировок.
 - 10. Подборка печатных изданий и материалов СМИ, Интернет.

Электронные ресурсы:

- 1. Электронный журнал «Учительская» ИРО-РТ, июль 2022.
- 2. Эл. ресурсы «Уроки тётушки Совы». ТО «Маски», Москва, 2009.
- 3. Эл.ресурсы «Азбука безопасности на дороге». ТО «Маски», Москва, 2018.

Интернет ресурсы:

- 1. http://www.rusedu.ru/detail
- 2. Сеть творческих учителей http://www.it n.ru/board. aspx? cat _no
- 3. Фестиваль педагогических идей http://festival.l september. ru/articles /509616/
- 4. http://gigabaza.ru/doc/1284.html
- 5. Сайт о русских народных играх. http\\www.glee.ru.

Методические материалы

$N_{\underline{0}}$	Раздел или тема	Пособия, оборудование, приборы, дидактический материал.
		посооня, оборудование, приобры, дидактический материал.
п/п	программы	
	(по учебному	
	плану)	
Раздел	Введение.	• Сборник игр «Игроскоп»/ автор- составитель Е. М. Шпоркина,
1		Е.С.Асеева, г Ульяновск, 2010г.
		• Инструктаж по ППБ, ПДД.
Раздел	Правила	Мультимедийные презентации.
2	дорожного	 https://infourok.ru/prezentaciya-po-pdd-nachalnie-klassi-537158.html
	движения	 https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-
		rabota/2013/01/14/pravila-dorozhnogo-dvizheniya
		 https://kopilkaurokov.ru/nachalniyeKlassi/presentacii/priezientatsiia_
		po_pdd_dlia_nachal_nykh_klassov
		Серия книг с СД «Школа светофорных наук»
Раздел	Экскурсии.	• Презентация «Что нас окружает»
3		 https://infourok.ru/prezentaciya-k-klassnomu-chasu-pravila-
		povedeniya-na-ekskursii-1940877.html
		• Экскурсия на пришкольный участок - наблюдение за осенними
		изменениями в природе.
		• Экскурсия на берег реки - наблюдение за природой, осенние изменения.
		• Экскурсия на водоём - жизнь осеннего водоёма.

Раздел 4	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.	Зимняя экскурсия - наблюдения «Деревья зимой». Экскурсия в школьный сад - наблюдение за весенними изменениями в природе. Экскурсия на берег реки - наблюдение за природой, весенние изменения. Экскурсия «Здравствуй, лето!». Уроки тетушки Совы. Азбука безопасности. Из жизни героев мультфильма «Смешарики». Обучающие фильмы из интернет - ресурсов https://www.youtube.com/playlist?list=PLYjQr8vff1JxA3J1Oz-jLqD3Aow-pdz-i Просмотр и обсуждение учебно-познавательных фильмов: «Азбука безопасности на дороге». DVD «Азбука безопасности на дороге». DVD «Азбука безопасности на дороге» ТО «Маски», Москва, 2014. «Уроки осторожности». Уроки Тётушки Совы «Строение тела человека». «Как ты растёшь?» «Уроки безопасности пешехода». «Надежная защита организма». «Что такое чрезвычайная ситуация». «Правила дорожного движения». «Я и мои поступки». «Вредные привычки». «Как вести себя, когда один дома». «Как ты познаешь мир». «Как вести себя, когда один дома». «Как вести себя, когда один дома». «Дорожная азбука». «Осторожно – ледоход!».
Раздел 5	Беседы о ЗОЖ.	 «Как ты познаешь мир». Я – ученик. Режим школьника. Советы доктора Воды. Глаза – главные помощники человека. Чтобы уши слышали. Путешествие по Зубограду. Надежная защита организма. Здоровая пища. «Рабочие инструменты» человека. Вредные привычки. Как попасть в Страну здоровячков. Компьютерные игры – вред или польза. Советы Владимира Маяковского. Чтение сказок и рассказов Владимира Маяковского. Просмотр и обсуждение учебно-познавательных фильмов. Беседы: «На наших улицах», «Вредные привычки», «Осторожно – гололёд!», «Тонкий лед», «Детские игры и дорога», «Как изменить настроение», «Впереди лето – возможности для отдыха в летнее время». Рисование героев, выставка рисунков на тему о ЗОЖ. https://infourok.ru/prezentaciya-po-zozh-dlya-nachalnih-klassov-1421003.html Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования М.: 2014.
Раздел 6	Подвижные игры и упражнения.	• Знакомство и практикумы с подвижными играми. Знакомство с играми разных народов. Игры со скакалкой, мячом, обручами. Игры и упражнения на формирование и развитие умений концентрировать,

Раздел 7	Настольные игры.	распределять, переключать внимание, воображение, память. Упражнения и игры для профилактики нарушений осанки. Упражнения и игры на равновесие. • Игровые упражнения: «Космонавты», «Игры на прыжки», «Найди свой цвет», «Молекулы». • Игры и упражнения со скакалками «Рыбак и рыбки», «Воробышки», Прыжки через скакалку, «Самый гибкий», «Самый гибкий», «Судочка». • Подвижные игры на свежем воздухе: «С кочки на кочку», «Салочки», «Раз, два, три - беги», «Ручеек», «По грибы», «Зеркало», «Третий лишний», «Хвост дракона», футбол, «Болтающийся вагон», «Ловишки парами», «Сбей кегли» «Болтающийся вагон», «Ловишки парами», «Сбей кегли» «Болтающийся вагон», «Ловишки парами», «Сбей кегли», «Белые кораблики», «День - ночь»; «Перебежки», «Светофор», «Салочки со снежками», катание на санках, игра в снежки, «На ледяной дорожке», «Игра в снежки», «Перебежки», «Птички на дереве, собачки на земле», «Кладоискатели», «Кораблекрушение», «Белый кораблик», «День - ночь», «Море волнуется», «Светофор», «Самый внимательный», «Третий лишний», игра в волейбол; «Краски», «Быстро по местам», «Охотники». • Упражнения на прыжки «Классы – классики. Упражнения для правильной осанки. Зимние игры и забавы. Русские народные игры. Игры народов Поволжья. • Игры на внимание: «Чей голос?», «Три мудреца», «Что изменилось?». Упражнения с мячом. • С.К.Якуб. Вспомним забытые игры М, 2010г • Методическая литература по данному блоку. Знакомство, практикумы и соревнования с настольными играми: шашки, шахматы, домино, лото, развивающие настольными играми: шашки, шахматы, домино, лото, празвивающие настольные игры. • Раздаточный материал: «Веселое домино», «шашки», «шахматы», лото «Витаминки», игра «Чего не хватает?».
		 Игры на развитие внимания. Соревнования.
		 Игры на развитие внимания «Что изменилось?», «Опиши своего соседа».
Р аздел 8	Спортивные игры.	 Инструктаж по ТБ. Спортивный инвентарь: мячи, скакалки, обручи и т.д. Игры на футбольном поле, хоккейной площадке. Игры с элементами баскетбола, волейбола. Занятие на футбольном поле «Учимся играть в футбол» Игры и упражнения с мячом. Школа мяча Игры с мячом «Сбей кегли», «Меткий стрелок», «Перебежки». Упражнения и игры на хоккейной коробке. Разминка на катке. Зимний футбол. «Сбей кегли». Эстафете на санках. Занятия по броскам снежками в цель. «Передай мяч другу», ведение и ловля.

Раздел 9	Спортивные соревнования.	Упражнения и игры на свежем воздухе. Пионербол. • Подготовка и постановка сказки здоровья. • Инструктаж по ТБ. • Спортивный инвентарь: мячи, скакалки, обручи и т.д. • Методическое пособие по проведению спортивных соревнований. • Веселые старты. Эстафеты. Спортивные соревнования между классами с привлечением родителей. • Энциклопедический словарь юного спортсмена /Сост. И.Ю, Сосновский, А.М. Чайковский — М., 2005г
Раздел 10	Активный отдых.	 Инструктаж по ТБ. Игры и упражнения на свежем воздухе. Часы здоровья: «Чтобы уши слышали», «Я и моё настроение», «Наши враги грипп и простуда», «Я и мои чувства», «Правильная осанка», «Чистота – залог здоровья», «Мой друг – велосипед», «Путешествие по Зубограду». Игры народов России. Игра в снежки, катание с горки. Игры народов мира. Экскурсия за пределы школьного участка. Игры: «Лесное царство», «У медведя на бору». Ю.Защарный. 50 русских народных игрМ, 1998
Раздел 11	Итоговое занятие.	 Итоговое занятие. Повторение и обобщение изученного материала. Итоговая диагностика. «Диагностики и методики для выявления отношения младшего школьника к ЗОЖ» https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2016/05/17/diagnostiki-i-metodiki-dlya-vyyavleniya

2.6 Список литературы.

Список литературы для педагога:

- 1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни. 2020.
- 2. Симкина П.Л. Уроки здоровья, М., 2022.
- 3. Герасименко Н. П. Помоги сам себе.-2021.
- 4. Плешаков А.А. Окружающий мир, 1,2, 3, 4 кл.- М., 2023...
- 5. Муркова М.В., Аюбов Э.И. Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь для внеурочной деятельности, 1-4 кл. М., 2022.
 - 6. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2020.
 - 7. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. СПб.,2018.
 - 8. Гринченко И.С. Игра в теории, обучении, воспитании и коррекционной работе.- М., 2002.
- 9. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 200
 - 10. Николаева А.П., Колесов Д.В. Уроки профилактики вредных привычек М., 2013.
- 11. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования. М.: 2024.
- 12. Сизанова А.И. и др. Безопасное и ответственное поведение: Цикл бесед, практических и тренинговых занятий с учащимися . Мн.: «Тесей», 2016.
- 13. Соковня-Семёнова Н.Н. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь-М.,2003.
 - 14. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как я расту: советы психолога родителям, 2020.
 - 15. Энциклопедический словарь юного биолога.
- 16. Энциклопедический словарь юного спортсмена /Сост. И.Ю, Сосновский, А.М. Чайковский.
 - 17. С.К.Якуб. Вспомним забытые игры.- М, 2000.

Литература для обучающихся

- 1. Баль Л.В., Ветрова В.В. Букварь здоровья. Для дошкольников и младших школьников. М.:ТЦ «Сфера», 2020.
 - 2. Большая детская энциклопедия.
 - 3. Окружающий мир, ОБЖ рабочая тетрадь, М: Просвещение, 2023.
 - 4. Горецкая А.Я. Веселые уроки. Мир этикета, М., 2020.
- 5. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2020.
- 6. Обучающие игры, Обучающая книжка-игра, Обучающие книжки-раскраски, Обучающие книжки для малышей, Правила дорожного движения, Книги для малышей, Книги для мальчиков.
- 7. Нуждина Т.Д. Энциклопедия для малышей: Чудо всюду. Мир людей. Ярославль: Академия, К. Академия Холдинг, 2000
 - 8. Горецкая А.Я. Веселые уроки, 2022.
 - 9. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как я расту: советы психолога родителям. М., 2016..
 - 10. Сухин И.Г. 800 загадок и 100 кроссвордов. М.: Новая школа, 2024..
 - 11. Энциклопедический словарь юного биолога.
 - 12. Энциклопедический словарь юного спортсмена.

Внеклассное занятие-игра для начальной школы «Путешествие в город здоровья»

Цель работы: формировать у обучающихся потребность в здоровом образе жизни **Задачи:**

- пропагандировать здоровый образ жизни;
- формировать у учащихся активную позиции по данной проблеме;
- закреплять знания правил личной гигиены;
- развивать общую культуру личности учащихся, расширять кругозор;

Оснащение урока: плакаты, музыкальное оформление, упаковки от продуктов, макет дворца «Школа Здоровья», таблички «Здоровый человек», «Правильное питание», фрукты для призов, корзинки, рисунки детей.

Действующие лица в сценке: девочка, бабушка.

На стенах висят плакаты:

Чисто жить – здоровым быть!

Здоровье – дороже золота.

Здоровьем слаб, так и духом не герой.

Под детские песни учащиеся рассаживаются в на скамейки в спортивном зале.

ХОД занятия:

1. Вступление. – Давайте немножко с вами познакомимся (приветствие пальчиками)

Учитель: - Сегодня у нас необычное занятие — мы с вами совершим небольшое путешествие в Школу здоровья. А еще соревноваться в ловкости, быстроте, выносливости. Вы узнаете, как нужно заботиться о своем питании, а значит и о своем здоровье, какие продукты кушать, чтобы не болеть, расти крепкими и здоровыми.

Я хочу рассказать вам одну сказку:

В одной сказочной стране на берегу прекрасного моря стоял дворец (учитель выставляет макет дворца). В нем жил правитель, у которого было 3 сына. Отец любил своих сыновей, и они отвечали ему взаимностью. Дети росли добрыми, послушными, трудолюбивыми. Одно огорчало правителя - дети часто болели. Правитель пригласил во дворец самых мудрых людей страны и спросил: "Почему люди болеют? Что надо сделать, чтобы люди жили долго и счастливо?" Мудрецы долго совещались, и самый старый из них сказал: "Здоровье человека зависит во многом от образа жизни, поведения и умения помочь себе и другим в трудных ситуациях" Выслушал правитель мудреца и приказал открыть школу Здоровья(надпись на дворце – «Школа Здоровья») для всех детей страны.

Сегодня мы отправимся в школу Здоровья.

У нас есть две команды. Первая зовется «Убегайки», а вторая «Догоняйки» (первому сидящему на скамейке ученику прикрепляутся название команды).

Дети читают стихи.

1 ученик.

Приветствуем всех, кто время нашел И в школу к нам за Здоровьем пришел. Пусть ветер холодный стучится в окно, А в зале у нас тепло и светло.

2 ученик.

Быть здоровыми хотят Взрослые и дети. Как здоровье сохранить? Попробуем ответить. Занятие 1. «Здоровый человек»

Учитель: — Какого человека называют здоровым? Мы это узнаем после того, как вы выполните задание. На столе разложены карточки, характеризующие человека. Выберите только те, которые можно сказать о здоровом человеке и прикрепите их к стене (на стене двусторонний скотч).

Здоровый человек – эточеловек. (выполняется в виде эстафеты по командам).

• сильный

• толстый

• бледный

• неуклюжий

• крепкий

• весёлый

ловкий

• красивый

• сутулый

• румяный

• стройный

 бодрый
 медлительный
 ленивый

 рассеянный
 слабый
 боязливый

 хорошая память
 грустный
 энергичный

Подведение итогов 1-го конкурса (за победу в конкурсе учитель вручает фрукт, дети кладут его в корзинку)

Учитель: А теперь отдохнем немного. Отвечайте дружно хором "Это я, это я, это все мои друзья", если вы со мной согласны. Если это не про вас, то молчите, не шумите.

Вопросы для обучающихся:

- кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов;
- кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым;
- кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру;
- кто мороза не боится, на коньках летит, как птица;
- ну а кто начнет обед жвачкой с парою конфет;
- кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны;
- кто поел и чистит зубки регулярно дважды в сутки;
- кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей;
- кто согласно распорядку выполняет физзарядку;
- кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать?

2. Второе занятие в нашей школе «Правильное питание»

Учитель: Отправляемся на занятие под названием «Правильное питание». Мы узнаем, какие продукты полезны и необходимы человеку, научимся выбирать полезные продукты, узнаем правила питания. Пока вам я буду загадывать загадки, 2 девочки подготовятся участвовать в сценке. Ты будешь девочка Варюша (девочке прикрепить бантик), а ты – бабушкой Люсей (завязать платок)

-Девочки прочитайте свои слова, научитесь их читать выразительно, с интонацией.

А вам, ребята, сейчас загадаю загадки.

1)

Чистое небо, да не вода

Клейкое, да не смола

Белое, да не снег

Сладкое, да не мёд.

От рогатого берут

Малым детям дают. (Молоко)

2)

Чай кладу её порой,

Чай становится такой

Вкусный, ароматный,

Витамином С богатый. (Лимон)

3) Всем к обеду нужен, а не всякий сделает. (Хлеб)

4)

Твоему мячу подобен,

Только вкусен и съедобен.

Хоть зеленые бока,

Мякоть красная сладка. (Арбуз)

5)

Красная и белая.

Вкусная, спелая.

И черна она бывает.

Кто ее здесь угадает? (Смородина)

6)

На припёке у пеньков

Много тонких стебельков.

Каждый тонкий стебелек

Держит алый огонек.

Разгибаем стебельки -

Собираем огоньки. (Земляника)

-К вредным или полезным продуктам вы бы отнесли наши отгадки? Почему?

3) Анализ ситуации

- Сейчас ребята разыграют стихи С. Михалкова "Про девочку, которое плохо кушала". - А вы, ребята, готовьте ответ на такой вопрос "Какую еду выбрала внучка?" Внимательно слушайте стихотворение.

(ученики рассказывают стихотворение в виде сценки)

Раз бабулю Люсю посетила внучка,

Крохотная девочка, милая Варюша.

Бабушка от радости накупила сладостей,

Вкусный суп сварила, свежий сок открыла.

Бабушка -Кушай, Варечка, скорей будешь крепче, здоровей.

Вырастешь такая - умная большая.

Глазки будут меткими, зубки будут крепкими,

Скушай суп, котлетки, йогурт и ещё сырок.

Варюша. -Не хочу, бабулечка, выпью только сок.

Снова бабушка хлопочет, угодить малышке хочет:

Бабушка - Сырнички, тефтели, блинчики, пельмени.

Морщит Варя носик - есть она не хочет.

Варюша - Не сердись, бабуля, ты готовишь очень вкусно,

Но компот, конфеты мороженое - это главная еда

Остальные все продукты – ерунда

Бабушка - Расскажите, дети, Варе, что же с ней произойдет,

Если будет кушать Варя лишь конфеты и компот?

Учитель:

- Какую же еду выбрала внучка? (Ответы детей)
- А что же произойдёт, если Варя будет кушать конфеты, компот и мороженое? (Ответы детей)
- Какие продукты предлагала бабушка? (Ответы детей)
- -А что обязательно нужно сделать перед едой?
- Доктора нам советуют: чтобы правильно питаться, нужно выполнить два условия: разнообразие и умеренность. А что такое умеренность?

Задание.

Давайте посмотрим, сможете ли вы отделить вредные продукты от полезных.

(на стуле в коробочке для каждой команды лежат продукты, упаковки от чипсов, йогурта, молока, кефира, жвачки, чая, лапша быстрого приготовления и т.д.) вам нужно перепрыгивая через скамейку, добежать до коробочки, взять полезный продукт и принести его своей команде. Назад просто бежать.

Проверка, объяснения детей. Вручение призов.

Учитель: Существуют золотые правила питания, которые вы должны выполнять. Я познакомлю вас с ними.

- Главное не переедайте.
- Ешьте в одно и то же время простую, свежеприготовленную пищу.
- Тщательно пережёвывайте пищу, не спешите глотать.
- Воздерживайтесь от жирной пищи.
- Остерегайтесь очень острого и солёного.
- Ешьте овощи и фрукты они настоящие хранилища витаминов.
- Не увлекайтесь сладостями. Сладостей тысячи, а здоровье одно.

А чтобы вы их не забыли, получите памятку по правилам питания.

Учитель: Друзья, у меня есть для вас стихи, но их прочесть поможете вы. Как только руку подниму я вверх, слово "здоровье" произносят все!
Законы _____ должны мы твердо знать!
Свое _____ беречь и охранять!

$_{\rm LBoe}$ $_{\rm L}$	оеречь и
	много значит!
	всех важней!

Итог.

Учитель: Ребята!

- -Когда нужно начинать заботиться о своем здоровье?
- Кого можно назвать счастливым человеком?здоровый человек по-настоящему счастлив.
- -А поможет сохранить здоровье правильное питание и хорошее настроение. Давайте повернемся друг к другу, улыбнемся и скажем друг другу: « Будьте здоровы!».
- -A теперь посчитайте свои призы. Как сделать так, чтобы все попробовали каждый фрукт? (предложения детей)
- Ребята, мы сейчас сделаем вкусный фруктовый салат с йогуртом, каждый сможет его попробовать. Будет вкусно и полезно. Приятного аппетита!

Тема: Внеклассное занятие-игра

для начальной школы «Путешествие в школу здоровья».

3 класс. Классный руководитель Вялова Елена Петровна.

Форма занятия: нетрадиционная –игра-путешествие с элементами спортивных эстафет.

Такая форма проведения занятия существенно повышает интерес к преподносимому материалу, , обеспечивает активное участие в мероприятии всех детей класса. Для третьеклассников такая форма проведения интересна.

При подготовке к занятию нами были учтены и возрастные и индивидуальные особенности учащихся: высокий интерес к урокам физической культуры, уровень знаний для детей данного возраста.

Цель :формировать у обучающихся потребность в здоровом образе жизни через применение активных форм работы.

Задачи:

- пропагандировать здоровый образ жизни;
- формировать у учащихся активную позиции по данной проблеме;
- закреплять знания правил личной гигиены;
- развивать общую культуру личности учащихся, расширять

кругозор;

Применяемые нами методы соответствовали задачам занятия, характеру и содержанию учебного материала, уровню знаний, умений и навыков учащихся. Так, были использованы словесные методы: объяснение, вопросы, инсценировка; наглядные методы: изобразительная наглядность; практические: частично-поисковый, методы стимулирования мотивов интереса к учению: познавательные задания.

Формы организации деятельности на уроке: фронтальная, групповая. Активность учащихся на разных этапах урока была высокой. Вначале была сказка, затем задания на мышление с эстафетой, потом

коллективное задание на внимание, загадки с инсценировкой, практическое задание. Последнее задание убедило детей, что продукты нужно выбирать внимательно, не все являются полезными для организма.

Психологическая атмосфера на занятии была доброжелательной. **Вывод:** игра прошла на высоком эмоциональном подъёме, с высоким темпом. Все поставленные задачи занятия удалось реализовать. Такая форма проведения внеклассных занятий дает детям возможность почувствовать новые ощущения и пережить новые ситуации, обучаться играя. Такие легкие эмоциональные встряски очень полезны для становления детской психики и благотворно действуют на нервную систему ребенка.

Материалы для занятия «Весна- влияние на человека. Профилактика ОРЗ»

Учитель: - А, вот о каком времени года мы будем говорить сегодня, отгадаете сами.

Кто прошел так тихо-тихо?

Ну, конечно, не слониха,

И, конечно, бегемот

Тихо так пройти не мог.

И никто из вас не слышал,

Как листок из почки вышел,

И услышать не могли вы,

Как зеленые травинки,

Сняв зеленые ботинки,

Тихо вышли из земли.

И подснежник тихо вышел.

И повсюду тишина.

Это значит, это значит:

Тише всех пришла...(Весна).

Итак, тема нашего урока....(на доске) «Пришла весна».

- Как вы думаете, какой же будет цель нашего урока?

Цель: узнать, какие изменения произошли с приходом весны в неживой природе и как они повлияли на живую природу, как весна влияет на здоровье людей.

Мокнут люди у ворот. Ловит дворник его в кадку Очень трудная загадка?

(Дождь)

И не снег, и не лёд

А серебром деревья уберёт.

(Иней)

Много-много звёздочек, Тонких, как стекло. Звёздочки холодные,

А земле тепло!

(Снежинки)

Рыбам жить зимой тепло:

Крыша – толстое стекло.

(Лёд)

Молоко над рекой плыло, Ничего не видно было, Растворилось молоко — Стало видно далеко.

(Туман)

Он летает белой стаей И сверкает на лету. Он звездой прохладной тает На ладонях и во рту.

(Снег)

В каплях всё вокруг блестит, Луг алмазами покрыт.

(Poca)

Ледяной горох Поскакал на порог. Если землю покрыл Урожай погубил.

 (Γpad)

Мы хорошо поработали в нашей лаборатории, и пришло время поиграть в игру "Живое домино".

Возьмите себе по одной шапочке, наденьте на голову (на шапочках изображены различные виды воды). По сигналу вы разбегаетесь в разные стороны, а когда я скажу: "Найди себе пару" – находите того, у кого такая же шапочка, и берётесь за руки.

"Всё хорошо в природе, но вода – красота всей природы" С.Т. Аксаков

Вода умеет принимать разную форму:

В кружево будто одеты

Деревья, кусты, провода,

И кажется сказкою это,

А всё это просто вода.

Безбрежная ширь океана

И тихая заводь пруда

Каскад водопада и брызги фонтана,

А в сущности это вода.

Вот белым легли покрывалом

На землю родную снега

А время придёт всё растает,

И будет просто вода.

Белый вкусный снег идет.

Попадает прямо в рот.

Если очень захочу,

Снег весь разом проглочу!

И тогда, что будет, братцы,

На санях не покататься

И сугробов не видать,

И в снежки не поиграть!

И на лыжах не побегать!

Плохо будет всем без снега.

Вот поэтому, друзья,

Снег не съем, пожалуй, я!

М. Дружинина.

Ученик 5:

Снег идет. Замерзла речка.

Но не мерзну я ничуть.

Мне сосульки у крылечка Так и хочется лизнуть! Ох, сосульки — просто чудо! Только мама говорит: «Заболеешь ты простудой, В рот сосульки не бери!» И сосульки не сосу я: Мне не хочется болеть. Поскорей их в дом несу я У огня сперва согреть. С. Маршак.

Открытое занятие Уроки докторов здоровья.

Направление курса: спортивно – оздоровительное.

Форма внеурочной деятельности по направлению: беседа, игра, составление мини- проекта.

Форма по виду: просмотр и обсуждение фильма.

Цель: формировать у школьников убеждение о пользе здорового образа жизни и о здоровье как самой главной ценности.

Познавательные УУД:

- умение сравнивать и анализировать, устанавливать причинно - следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- совершенствование навыков работы в группе: слушать собеседника, излагать свои мысли в соответствии с поставленными задачами.

Регулятивные УУД:

- умение принимать и выполнять учебную задачу.

Личностные УУД:

- мотивация потребности в здоровом образе жизни.

Оборудование: м/ф «Быть здоровым - здорово!», карточки - таблицы для групп, тематические картинки по «ЗОЖ», аудиозапись для зарядки.

Ход занятия

1. Мотивационно – ориентировочный этап

Цель этапа: организовать на личностно - значимом уровне и выявить готовность учащихся к деятельности.

Просмотр и обсуждение м/ф «Быть здоровым - здорово!»

2. Актуализация знаний, выявление места и причины затруднения

Цель этапа: способствовать осознанию учащимися внутренней потребности к получению нового знания.

- Что нужно делать, чтобы быть здоровым? (раскрытие понятия ЗОЖ)
- По каким признакам мы узнаем, что человек ведёт здоровый образ жизни? (человек занимается спортом, не имеет вредных привычек, соблюдает режим дня, не болеет, правильно питается)

3. Реализация построенного проекта (работа в группах):

Цель этапа: организовать работу по получению учащимися нового знания, формировать умение применять полученные знания в различных ситуациях.

- Значит, чтобы быть здоровыми, необходимо вести здоровый образ жизни. У вас на столах лежат карточки - задания. *Ваша задача*:

1 группа

Практическая работа: Составить правильный распорядок дня школьника (подъем, обед, занятия в школе, завтрак, вечерний отдых, ужин, выполнение д/з, зарядка, отдых после школы, отход ко сну). Проблемный вопрос: Что даёт школьнику соблюдение «режима дня»?

2 группа

Практическая работа: Распределить в две группы продукты питания на «полезное» и «вредное» (рыба, чипсы, лимонад, каша, шоколад, молоко и т.д.).

Проблемный вопрос: Что зависит от нашего питания?

3 группа

Практическая работа: Выбрать людей, которые ведут здоровый образ жизни, обвести зелёным цветом.

Проблемный вопрос: По каким признакам мы узнаём, что человек здоровый?

4. Применение полученных знаний с опорой на жизненный опыт.

Рисование на тему «Что вредит нашему здоровью» или «Наши помощники».

5. Подведение итогов. Рефлексия.

Цель этапа: организовать работу по самооценке учащимися результатов своей деятельности.

- Какие новые знания открывали?
- Проверим себя, как вы поняли что такое «ЗОЖ»?

Давайте поиграем в игру-кричалку

" Полезно - вредно".

- Читать лёжа: (вредно)
- Смотреть на яркий свет: (вредно)
- Промывать глаза по утрам: (полезно)
- Смотреть близко телевизор: (вредно)
- Употреблять в пищу морковь, петрушку: (полезно)
- Тереть глаза грязными руками: (вредно)
- Заниматься физкультурой: (полезно)

Комплекс утренней гимнастики для детей младшего школьного возраста

- Первое упражнение «Потягивание»

Исходное положение — палка в опушенных руках.

Выполнение: шаг левой ногой вперёд, правая нога на носке, поднять палку вверх, прогнуться в груди — вдох. Возвратиться в исходное положение — выдох. Темп медленный. Проделать 4-6 раз.

- <u>Второе упражнение «Поднимание палки к груди и вверх»</u> Исходное положение — ноги врозь, палка в опущенных руках.

Выполнение: согнуть руки в локтях, палку прижать к груди. Поднять палку вверх, прогибаясь, смотреть на палку — вдох. Согнуть руки в локтях, палку прижать к груди. Опустить палку в исходное положение — выдох. Темп меленный. Проделать 6-8 раз.

- <u>Третье упражнение «Приседание и поднимание палки вверх»</u>Исходное положение — палка в опущенных руках.

Выполнение: присесть на носках, палку вперед — вдох. Вернуться в исходное положение — выдох. Поднять палку вверх, отвести ногу (попеременно) назад — вдох. Вернуться в исходное положение — выдох. Темп средний. Проделать 6-8 раз.

Исходное положение — палка в опущенных руках.

Выполнение: палку поднять вверх, шаг левой ногой в сторону на носок — вдох. Пружинистые движения туловища влево. Вернуться в исходноеположение — выдох. Темп средний. Проделать 4-5 раз в каждую сторону.

- <u>Пятое упражнение «Наклоны туловища вперед с поворотом»</u>Исходное положение — палка в опущенных руках.

Выполнение: поднять палку вверх, шаг левой ногой в сторону — вдох. С поворотом налево наклониться вперед, палку опустить вниз — выдох. Палку поднять вверх, ногу приставить. Вернуться в исходное положение — выдох. Темп средний. Проделать 4-6 раз в каждую сторону.

- <u>Шестое упражнение «Стоя на коленях, садиться»</u>

Исходное положение — стать на колени, палка в опущенных руках.

Выполнение: сесть справа рядом с пятками, палку вперед — выдох. Вернуться в исходное положение — вдох. Так же сесть в другую сторону — выдох. Вернуться в исходное положение. Темп медленный. Проделать 4 раза в каждую сторону.

- <u>Седьмое упражнение «Перешагивание через палку»</u>

Исходное положение — палка в опущенных руках.

Выполнение: сгибая попеременно ноги в коленях, перешагнуть через палкувперед и обратно. Темп медленный. Дышать равномерно. Проделать 4-6 раз.

- Восьмое упражнение «Не урони палку»

Исходное положение — палка вертикально, придерживается пальцами.

Выполнение: опустив палку до пола, сделать хлопок ладонями над головой и схватить палку руками не давая ей упасть на пол. Дышать равномерно. Проделать несколько раз.

- Девятое упражнение «Прыжки на месте»

Исходное положение — палка за спиной на сгибах локтевых суставов.

Выполнение: 4 прыжка — ноги вместе, 4 прыжка — ноги врозь. Прыгать мягко, на носках. Темп средний. Дышать равномерно. Сделать 16-24 прыжка. По окончании прыжков перейти на шаг на месте.

Десятое упражнение Заключительное.

Медленная ходьба с глубоким дыханием (1-2 минуты). При проведении этого комплекса упражнений особое внимание следует обратить на правильные исходные положения перед упражнениями и правильную осанку. Нужно также следить за дыханием. После упражнений, вызвавших усиленное и учащенное сердцебиение и дыхание, необходимо сделать паузу 30-90 секунд.

I Комплекс упражнений для глаз

- 1. Проделать движение по диагонали в одну и другую стороны, переводя глаза прямо на счет 1-6. Повторить 3-4 раза.
- 2. Не поворачивая головы, закрытыми глазами «посмотреть» направо на счет 1-4 и прямо на счет 1-6. Поднять глаза вверх на счет 1-4, опустить вниз на счет 1-4 и перевести взгляд прямо на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
- 3. Посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстоянии 25-30см, и на счет 1-4 приблизить его к кончику носа, потом перевести взор вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

II Комплекс

- 1. На счет 1-4 закрыть глаза, без напряжения глазных мышц, на 1-6 широко раскрыть глаза, посмотреть вдаль. Повторить 4-5 раз.
- 2. Посмотреть на кончик носа на счет 1-4, а потом перевести взгляд вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
- 3. Не поворачивая головы, медленно делать круговые движения глазами вверх-вправовниз-влево и в обратную сторону. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
- 4. Держа голову неподвижно, перевести взор, зафиксировав его, на счет 1-4 вверх, на счет 1-6 прямо; затем аналогично вниз-прямо, вправо-прямо, влево- прямо.

III Комплекс

Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно 5 секунд.

Крепко зажмурить глаза на несколько секунд, открыть их и посмотретьвдаль.

Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами за медленными движениямиуказательного пальца: влево — вправо, вверх-вниз.

Сидя, поставить руки на пояс, повернуть голову вправо и посмотреть налокоть левой руки, и наоборот.

Указательными пальцами поделать легкие точечные массирующие движенияверхних и нижних век.

Комплекс упражнений на улучшение осанки для детей 7-10 лет

- 1. Во время глубокого вдоха ребенок приподнимается на цыпочки и тянет свои руки вверх. Делая выдох, медленно опускается на всю стопу. Повторяется упражнение десять раз.
- 2. Наклоны головы в разные стороны с возвратом (на несколько секунд) в начальное положение. Следующий этап круговые движения головой. Сначала в одну, потом в другую сторону. Делать это упражнение можно не более двух минут.
- 3. Разминаем руки и плечи. Ребенок поочередно поднимает правое и левое плечо. Затем оба плеча вместе.
- 4. Движения руками махи вверх, круговые движения. «Плывем» брасом и кролем. Упражнение нужно выполнять медленно. Разминаем мышцы спины. Руки на пояс, выполняем наклоны в разные стороны по пять раз. Всего двадцать наклонов.
- 5. Шаг на месте. Три минуты шагаем, приподнимая колени на максимальную высоту. Пять раз подпрыгиваем на одной и другой ноге. Затем делаем пять прыжков на обеих ногах. На последнем этапе выполняются прыжки с поворотом на 180 градусов.

 Длительность:

 3-5 минут.

- 6. Сцепляем пальчики в замочек и вытягиваем (максимально далеко) ручки вперед. Руки, сцепленные в замок, опускаем вниз и пытаемся дотянуться до пола ладошками.
- 7. Расставляем по шире ноги, руки вытягиваем вперед, спину держим прямо и начинаем приседать. Ребенок должен выполнить 10-15приседаний.
- 8. Кладем на голову ребенка мешочек с песком (можно книгу). С мешочком на голове ребенок должен сделать несколько кругов по комнате. Идти надо, постепенно увеличивая скорость. Падение мешочка означает нарушение осанки.
- 9. Зажимаем между коленями обычный мяч. Расправив плечи, медленно приседаем, упираясь руками в бока. Во время упражнения следим за спиной, она должна быть ровной. Количество приседаний: 10-15.
- 10. Упражнение «Ласточка». Занимаем позицию: руки разводим в стороны, поднимаем правую ногу, наклоняя при этом корпус. Тело ребенка должно быть параллельно полу. В такой позе нужно продержаться как можно дольше. Затем сменить ногу.
- 11. Ребенок становится спиной к ровной поверхности (стене). Его затылок, лопатки и пятки плотно прижаты к стене. В данном положении необходимо постоять две минуты, отойти от стены. Зафиксировать положение тела и постараться продержаться в нем как можно дольше
- 12.. «Веселая птичка». Упражнение делается на ковре. Лежа на животе, ребенок разводит руки в стороны. При этом его ноги должны быть сжаты вместе. Прижавшись всем телом к полу, он приподнимает голову и грудь.
- 13. « Птичка, у которой есть крылья». Он должен ими махать, чтобы улететь в теплые края. Плечи поднимать высоко во время выполнения упражнения нельзя. Махающие движения прекратить через минуту, опустить грудную клетку и голову. Повторить «полет» несколько раз.
- 14. «Любознательный щенок». Ребенок должен встать на колени и обеими руками упереться в пол. Оставляя спинку прямой, нужно повернуть туловище вправо осмотреться. Повернуть туловище влево, осмотреться. Вернуться в начальное положение. Движения повторить 10 15 раз.
- 15. «Пограничник в дозоре». Лечь на живот, правую руку прижать к телу, приставить ладошку левой руки к глазам (козырьком). Посмотреть в разные стороны, поменять руки местами. Ребенок должен представить себя пограничником, который находится в дозоре.
- 16.. «Человек-амфибия». Ребенок должен лечь на живот, вытянуть руки вперед. Ноги должны быть прямыми, прижатыми друг к другу. Махом поднять руки вверх. Занять начальное положение. Поднять прижатые друг к другу ноги. Чем выше тем лучше. Ребенок должен представитьсебе выпрыгивающую из моря рыбку.
- 17. «Оловянный солдатик». Ребенок должен вытянуться по стойке «Смирно!», напрягая при этом все мышцы. Через десять секунд покоманде «Вольно!» ребенок выдыхает и расслабляется. Выполнять 2-3 минуты.

Игры на развитие памяти

Художник

Ребенок играет роль художника. Он внимательно рассматривает того, когобудет рисовать. Потом отворачивается и дает его словесный портрет. Можно использовать игрушки.

Все помню

Участники садятся в кружок. Оговаривается тема, на которую будут говориться слова (города, растения, животные и т. д). Затем первый игрок называет первое слово. Второй игрок должен назвать первое слово и свое. Следующий игрок должен повторить два предыдущих слова и назвать свое и т.д. Допустивший ошибку выбывает из игры.