Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №33
имени кавалера ордена «За личное мужество» С.А. Вотрина
городского округа Сызрань Самарской области

«Рассмотрено»	«Проверено»	«Утверждено»
на заседании	Заместитель	к использованию
методического	директора по УВР	Приказ № 376/4
объединения	ГБОУ СОШ № 33	от 31 августа 2020 г.
учителей предметов гуманитарно-эстетического цикла	г. Сызрани	.Директор ГБОУ СОШ №33 г. Сызрани
Протокол № 1		
от « 28.08 » 2020 г	_____	_____
	С.В. Романенко	В.Ю. Мавринский

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности «Динамическая пауза»
(наименование учебного предмета, уровень обучения)

3А,Б.В,Г класс, 34 часа
(классы освоения, количество часов)

1.Пояснительная записка.

Программа «Будь здоров!» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности в 3 классе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования второго поколения.

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

Актуальность программы:

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

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Будь здоров!» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребёнка. Включает в себя, как теоретическую – изучение полезных и вредных привычек, так и практическую части – организация подвижных игр.

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

Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формирование установок на ведение здорового образа жизни.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В программу включено знакомство с различными подвижными играми. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

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

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

Цели программы:

- ✓ создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
- ✓ приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

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

Место курса в учебном плане:

Программа рассчитана для учащихся 3 класса, на 1 год обучения.

На реализацию курса «Будь здоров!» в 3 классе отводится 68 ч в год (2 часа в неделю). Занятия проводятся по 40 минут в соответствии с нормами СанПина.

70% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся на свежем воздухе или в спортзале. Остальное время распределено на всевозможные тематические беседы, часы здоровья, подготовку и проведение различных соревнований и внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни.

Для успешной реализации программы будут использованы Интерет-ресурсы, разработки внеклассных мероприятий, презентации, видеоролики, мультфильмы о здоровом образе жизни и т.п.

Ценностные ориентиры:

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

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

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

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

Данная программа строится на принципах:

- ➢ Научности - содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.
- ➢ Доступности - содержание курса составлено в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.
- ➢ Коллективности – ребёнок получает опыт жизни в обществе, опыт взаимодействия с окружающими, с одноклассниками.

- Патриотизма – индентификация себя с Россией, её культурой.
- При этом необходимо выделить практическую направленность курса.

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

- Обеспечение мотивации

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

Основные направления реализации программы:

-организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;

– организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);

– организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;

– активное использование спортивной площадки

– проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;

– санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;

– организация питания учащихся;

– проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,

– организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;

– организация и проведение профилактической работы с родителями;

– организация встреч родителей с медицинским работником.

Формы занятий:

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- викторины
- конкурсы
- праздники
- часы здоровья

Алгоритм работы с подвижными играми.

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

Режим и место проведения занятий:

Занятия проводятся во второй половине дня. Время занятий – 35минут.

Место проведения – спортивный зал, пришкольная спортивная площадка, кабинет для внеурочных занятий. Подвижные игры и спортивные праздники проходят по усмотрению учителя на свежем воздухе или в спортивном зале. Конкурсы, беседы, викторины в кабинете для внеурочных занятий.

Результатом практической деятельности по программе «Будь здоров!» можно считать следующие критерии:

- ✓ Высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.
- ✓ Среди учащихся начальных классов нет курящих детей.
- ✓ Повышается активность учащихся в мероприятиях школы, класса.

✓ Класс взаимодействует с младшими учащимися с целью просвещения и вовлечения в здоровый образ жизни, приглашают их на уроки здоровья, сценические выступления.

✓ Классный руководитель координирует проектную работу учащихся, направленную на сбор и оформление информации по темам укрепления здоровья. Результаты представляем на классных часах и внеклассных мероприятиях начальных классов школы.

✓ Высокий уровень активности родителей по вопросам сохранения здоровья.

Формы подведения итогов работы:
Анкетирование детей
Мониторинг состояния здоровья детей
Спортивные праздники с привлечением родителей

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 3 класса должны:

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о вредных и полезных привычках;
- о народных играх;
- о различных видах подвижных игр;
- о соблюдении правил игры.

уметь:

- применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;
- играть в подвижные игры;
- применять игры самостоятельно;
- соблюдать правила игры;
- работать в коллективе.

2.Результаты освоения программы:

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по двум уровням.

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; о русских народных играх и играх разных народов; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа

уважительное отношение к культуре других народов.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

3.Учебно-тематический план занятий

№ п/п	**Содержание программы**	Всего **часов**	**Часы аудиторных занятий**	**Часы внеаудиторных занятий**
1	**Вводные занятия. За здоровый образ жизни**	**2**	**1**	**1**
2	**Спорт любить — здоровым быть!**	**36**	**3**	**33**
2.1	Народные игры. Русские народные игры и игры разных народов	4	-	4
2.2	Подвижные игры	22	-	22
2.2.1	Играя, подружись с бегом	4	-	3

2.2.2	Игры – эстафеты	3	-	3
2.2.3	Игры с прыжками	4	-	3
2.2.4	Кто сильнее? Игры-соревнования	3	-	3
2.2.5	Мой весёлый звонкий мяч!	4	-	4
2.2.6	Сюжетные игры	4	-	3
2.3	Пальчиковые игры.	3	3	-
2.4	Зимние забавы	4	-	4
2.5	Спортивные праздники	3	-	3
3.	**Игры на развитие психических процессов**	**4**	**3**	**1**
4.	**Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!**	**25**	**10**	**15**
4.1	Полезные и вредные привычки	5	3	2
4.2	Здоровое питание – отличное настроение.	5	5	-
4.3	Лечебная физкультура. Приёмы самомассажа и релаксации	3	-	3
4.4	Помоги себе сам	3	-	3
4.5	Праздники	3	-	3
4.6	Часы здоровья	6	2	4
5	**Итоговое занятие**	**1**	**1**	-
	Итого	**68**	**18**	**50**

4.Содержание программы (68ч.):

1 раздел (2 ч)

Вводные занятия

За здоровый образ жизни. Беседы о безопасном поведении на дороге по пути в школу, в школе, на льду, на реке, на морозе.

2 раздел (36 ч)

Спорт любить — здоровым быть!

Показать детям как можно разнообразить активные игры в школе. Цель данного направления работы предоставить детям возможность узнать о важности активного образа жизни. Увеличить перечень активных игр для детей.

Народные игры (4ч.) Разучивание русских народных игр: «Кот и мышь», «Коршун», «Горелки», «Пчёлки и ласточка». Разучивание игр разных народов. Украинские народные игры: «Высокий дуб», «Колдун», «Мак», «Перепёлочка». Белорусские народные игры: «Заяц-месяц», «Иванка», «Хлоп, хлоп, убегай!».

2.2 *Подвижные игры (22ч.)* Подобраны игры, носящие соревновательный характер, с применением инвентаря (мяча) и без него, игры с заучиванием слов.

2.2.1. Играя, подружись с бегом (4ч.): «Бездомный заяц», «Борьба за флажки», «Пустое место», «Салки по кругу»

2.2.2. Игры – эстафеты (3ч.): «Команда быстроногих», «Эстафеты-поезда», «Большая круговая эстафета».

2.2.3. Игры с прыжками (4ч.): «Зайцы в огороде», «Поймай лягушку», «Придумай и покажи», «Кружилиха»

2.2.4. Кто сильнее? Игры-соревнования (3ч.): «Бой петухов», «Борьба всадников», «Выталкивание спиной», «Эстафета с чехардой»

2.2.5. Мой весёлый звонкий мяч! (4ч.) «Школа мяча», «Мяч – соседу», «Гонка мячей по кругу», «Охраняй капитана», «Пушбол»

2.2.6. Сюжетные игры (4ч.): «Птица без гнезда», «Мы-весёлые ребята», «Два мороза», «Космонавты», «Совушка».

2.3. Пальчиковые игры (3ч.). Это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т. Д. Очень важны эти игры для развития творческих способностей у детей. Если ребенок усвоит какую-нибудь одну «пальчиковую игру», он обязательно будет стараться придумывать новую инсценировку для других стишков и песенок. «Волшебные пальчики», «Здравствуй, пальчик», «Долго, долго мы лепили», « Как живёшь?», «Кто приехал?», «Ну-ка, братцы, за работу».

2.4. Зимние забавы (4ч.). Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров». Эстафета на санках. Лыжные гонки.

2.5. Спортивные праздники (3ч.) Праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», «Богатырская сила»,

3 раздел (4 ч) Игры на развитие психических процессов. Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

4раздел (25 ч)
Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

4.1. Полезные и вредные привычки. (5ч.) Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма. Курение – это болезнь. Вред от алкоголя. Наркотические вещества. Токсические вещества. Полезные лекарства. Вредные лекарства. Режим дня школьника. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

4.2. Здоровое питание –отличное настроение. (5ч.) Вредные и полезные привычки в питании. Овощи на твоём столе. Полезные и вредные жвачки, конфеты, шоколадки. Фрукты – лучшие

продукты. Очень вкусная еда, но не детская она: сладости, чипсы, напитки (пепси, фанта и т. Д.), торты, сало.

4.3. Лечебная физкультура.(3ч.) Приёмы самомассажа и релаксации. Релаксационные настрои. **Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног, лица.**

4.4. Помоги себе сам.(3ч.) Оказание первой помощи. Познакомить детей с понятием «болезнь», с необходимостью обращаться за помощью к врачам. Показать детям опасные ситуации и научить правилам поведения в них. Показать основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Воспитывать желание помогать людям в трудных и опасных для здоровья ситуациях

4.5. Праздники (3ч.) «Мама, папа, я – здоровая семья», «В здоровом теле – здоровый дух»

4.6. Часы здоровья.(4ч.) «О пользе завтрака», «День каши» Цели: рассказать детям о каше как о традиционном блюде русской кухни, её пользе для здоровья; познакомить с правилами приготовления каши. «День соков». Цель: дать представление о значении жидкости для жизнедеятельности организма, необходимом количестве жидкости в ежедневном рационе питания человека, разнообразии и ценности напитков. «Фруктовый карнавал» поговорим о фруктах и их значении для организма человека.

5 раздел (1 ч)
Итоговое занятие.
Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника.

5.Материально-техническое обеспечение:

- ✓ Спортивный зал;
- ✓ Маты;
- ✓ Коврики;
- ✓ Гимнастические скамейки;
- ✓ Мячи, обручи, кегли, прыгалки;
- ✓ Музыкальный центр;
- ✓ музыкальная фонотека;
- ✓ СД– диски;
- ✓ DVD – проигрыватель.
- ✓ Методические разработки праздников
- ✓ Приёмы самомассажа и релаксации
- ✓ Электронные презентации «Вредные и полезные привычки»
  «Фрукты и овощи на твоём столе»
  «Режим дня школьника»

6.Календарно-тематическое планирование занятий по спортивно-оздоровительному направлению «Будь здоров!»

См. Приложение

7.Литература

Литература для учителя:

1. Баранцев С.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. - М. : Просвещение, 1988
2. Безруких М. М. , Филиппова Т.А, Макеева А.Г Разговор о правильном питании / Методическое пособие.- М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004. – 80 с.
3. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1995
5. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
6. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.
7. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.
8. Ковалько В.И. Школа физкультминуток.- М., ВАКО, 2005.
9. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4-е классы.
10. Коростелев Н. Б. Воспитание здорового школьника: Пособие для учителя / Под ред. В.Н. Кардашенко.- М.: Просвещение, 1986.- 176 с.
11. Коротков М.И. Подвижные игры детей. М.: Сов. Россия, 1987
12. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР. - М.: Просвещение, 1988
13. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
14. Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность. - М., Просвещение, 2011
15. DVD «Уроки тётушки Совы» - ТО «Маски», Москва, 2009.
16. DVD «Азбука безопасности на дороге» - ТО «Маски», Москва, 2009.

Литература для родителей и детей:

1. Алексин Н.В.. Что такое. Кто такой.- М.: Педагогика - Пресс, 1992.год.
2. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
3. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. – Москва, Просвещение, 1983г.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1995
5. Дедулевич М.Д. Не пропустить миг игры: подвижные игры, игровые поединки – Мозырь Белый ветер 2002г.
6. Елкина Н. В., Тараборина Т. Н. 1000 загадок. Популярное пособие для родителей и педагогов.- Ярославль: Академия развития, 1997.
7. Чудакова Н. В. Я познаю мир: Детская энциклопедия. – Издательство АСТ -ЛТД, 1997.
8. Шебеко В.Н.,. Овсянин В.А , Карманова А.В.; «Физкульт – ура!» Программа физического воспитания в детском саду под редакцией В.Н. Шебеко – Минск ИЗД. В.М. Скакун, 1997г.

6.Календарно-тематическое планирование занятий по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные

№ п/п	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов	Формы и методы работы	Вид деятельност
1.	Вводное занятие.	Знакомство с планом работы занятий. Ребёнок пришёл в школу. Составление безопасного маршрута следования от дома до школы.	1	Групповая работа	Рисуем правильный маршрут
2.	Полезные привычки.	Режим дня школьника.	1	Словесные методы	Просмотр электронно презентаци
3.	Народные игры.	Разучивание русских народных игр «Кот и мышь», «Коршун»	1	Рассказ учителя	Разучивани игр
4.	Игры на развитие психических процессов	Упражнения и игры на развитие внимания	1	Индивидуальная работа	Разучивани игр
5.	Сюжетные игры	Разучивание сюжетных игр «Птица без гнезда», «Мы-весёлые ребята»	1	Групповая работа	Разучивани игр
6.	Поговорим о правилах этикета	Как правильно есть. Режим питания.	1	Наглядные методы	Изучаем правила питания
7.	Играя, подружись с бегом	Разучивание игр с бегом «Бездомный заяц»	1	игра	Разучивани игр
8.	Мой весёлый звонкий мяч!	Разучивание игр с мячом «Школа мяча»	1	Фронтальная работа	Разучивани игр
9.	Помоги себе сам.	Познакомить детей с понятием «болезнь», с необходимостью обращаться за помощью к врачам.	1	Групповая работа	Беседа
10.	Игры – эстафеты	Разучивание игр-эстафет «Команда быстроногих»	1	Фронтальная работа	Разучивани игр
11.	Игры с прыжками	Разучивание игр с прыжками «Зайцы в огороде»	1	Групповая работа	Разучивани игр
12.	Час здоровья	Беседа «О пользе завтрака»	1	Индивидуальная работа	Составим меню
13.	Пальчиковые игры	Инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев	1	Индивидуальная работа, наглядные методы	Разучивани игр
14.	Народные игры.	Разучивание русских народных игр «Горелки», «Пчёлки и ласточка»	1	Групповая работа	Разучивани игр
15.	Вредные привычки	Курение – это болезнь.	1	Групповая работа	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.
16.	Кто сильнее?	Разучивание игр-соревнований «Бой петухов», «Борьба всадников»	1	Групповая работа	Разучивани игр

17.	Полезные привычки	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».	1	Поисковые методы	Игра – бесед
18.	Полезные привычки в питании.	Овощи на твоём столе.	1	Индивидуальная работа	практикум
19.	Лечебная физкультура.	Учимся приёмам массажа и самомассажа.	1	Индивидуальная работа	практикум
20.	Сюжетные игры	Разучивание сюжетных игр «Два мороза»	1	Групповая работа	Разучивани игр
21.	Игры на развитие психических процессов.	Игры на развитие восприятия и мышления	1	наглядные методы	Разучивани игр
22.	Играя, подружись с бегом	Игры с бегом «Борьба за флажки»	1	Фронтальная работа	Разучивани игр
23.	Спортивный праздник	Игровая программа «Богатырская сила»	1	Групповая работа	Участие в конкурсной программе
24.	Мой весёлый звонкий мяч!	Разучивание игр с мячом «Мяч – соседу»	1	Фронтальная работа	Разучивани игр
25.	Полезные привычки в питании	Фрукты – лучшие продукты.	1	Индивидуальная работа	практикум
26.	Народные игры.	Разучивание украинских народных игр «Высокий дуб», «Колдун», «Мак», «Перепёлочка»	1	Словесные методы	Разучивани игр
27.	Час здоровья	«День каши»	1	Групповая работа	Беседа-практикум
28.	Зимние забавы.	Лыжные гонки	1	Групповая работа	
29.	Правила безопасного поведения зимой	«Осторожно – тонкий лёд!» «Осторожно – гололёд!»	1	Поисковые методы	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.
30.	Пальчиковые игры	Разучивание пальчиковых игр: «Волшебные пальчики», «Здравствуй, пальчик», «Долго, долго мы лепили»	1	Наглядные методы	Разучивани игр
31.	Вредные привычки.	Вред от алкоголя.	1	Индивидуальная работа, поисковые методы	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.
32.	Зимние забавы.	Эстафеты на санках	1	Групповая работа	
33.	Помоги себе сам.	Как оказать первую помощь при порезе, ушибе	1	Наглядные методы	практикум
34-35	Праздник	Подготовка и проведение праздника	2	Коллективная	

		«Папа, мама, я – спортивная семья»		работа	
36	Сюжетные игры	Разучивание сюжетных игр «Космонавты»	1	Словесные методы	Разучивани игр
37	Играя, подружись с бегом	Разучивание игр с бегом «Пустое место»	1	Коллективная работа	Разучивани игр
38	Зимние забавы	Эстафеты на санках.	1	Групповая работа	
39	Кто сильнее?	Разучивание игр-соревнований «Выталкивание спиной»	1	Коллективная работа	Разучивани игр
40	Игры на развитие психических процессов.	Игры на развитие памяти	1	Индивидуальная работа	Разучивани игр
41	Пальчиковые игры	Разучивание пальчиковых игр: « Как живёшь?», «Кто приехал?», «Ну-ка, братцы, за работу».	1	Индивидуальная работа, наглядные методы	Разучивани игр
42	Игры – эстафеты	Разучивание игр-эстафет «Эстафеты-поезда»	1	Коллективная работа	Разучивани игр
43	Час здоровья	«День соков»	1	Фронтальная работа, поисковые методы	Игра-путешестви
44	Лечебная физкультура.	**Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног.**	1	Индивидуальная работа	Разучивани релаксацион ых упражнени
45	Сюжетные игры	Разучивание сюжетных игр «Совушка».	1	Фронтальная работа	Разучивани игр
46	Зимние забавы	«Клуб ледяных инженеров».	1	Индивидуальная работа	Строительст о фигур из снега.
47	Народные игры.	Разучивание белорусских народных игр «Заяц-месяц», «Иванка», «Хлоп, хлоп, убегай!».	1	Фронтальная работа	Разучивани игр
48	Вредные привычки	Наркотические вещества. Токсические вещества.	1	Фронтальная работа, поисковые методы	Просмотр и обсуждени фрагмента обучающег фильма
49	Полезные и вредные привычки в питании.	«Очень вкусная еда, но не детская она: сладости, чипсы, напитки (пепси, фанта и т. д.), торты, жвачки».	1	Индивидуальная работа	Игра-практикум
50	Помоги себе сам.	Показать детям опасные ситуации и научить правилам поведения в них	1	Наглядные методы	практикум
51	Игры с прыжками	Разучивание игр с прыжками «Поймай лягушку»	1	Групповая работа	Разучивани игр
52	Играя, подружись с бегом	Разучивание игр с бегом: «Салки по кругу»	1	Групповая работа	Разучивани игр

53	Мой весёлый звонкий мяч!	Разучивание игр с мячом «Гонка мячей по кругу»	1	Групповая работа	Разучивани игр
54	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	«Здоровое питание – отличное настроение».	1	Индивидуальная работа, поисковый метод	Беседа.
55	Игры с прыжками	Разучивание игр с прыжками «Придумай и покажи»	1	Групповая работа	Разучивани игр
56	Кто сильнее?	Разучивание игр-соревнований «Эстафета с чехардой»	1	Групповая работа	Разучивани игр
57	Лечебная физкультура.	Релаксационные настрои	1	Индивидуальная работа	Разучивани релаксацион ых настрое
58	Час здоровья	«Фруктовый карнавал»	1	Поисковый метод	Практикум
59	Игры с прыжками	Разучивание игр с прыжками «Кружилиха»	1	Групповая работа	Разучивани игр
60	Игры на развитие психических процессов.	Игры на развитие воображения	1	Индивидуальная работа	
61-62	Праздники	«Мама, папа, я – здоровая семья»	2	Групповая работа	Подготовка проведение праздника
63-64	Игры – эстафеты	Разучивание игр-эстафет «Большая круговая эстафета»	2	Групповая работа	Разучивани игр
65 - 66	Мой весёлый звонкий мяч!	Разучивание игр с мячом: «Охраняй капитана», «Пушбол»	2	Групповая работа	Разучивани игр
67	Праздники	«В здоровом теле – здоровый дух»	1	Фронтальная работа	Участие в конкурсной программе
68	Итоговое занятие	Подведение итогов работы, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника.	1	Индивидуальная работа	
		Итого:	68		

ЭП

C=RU, O=ГБОУ СОШ № 33 г.Сызрани, CN=Мавринский Владимир Юрьевич, E=school33_szr@samara.edu.ru
008159aeea22882007
2021.06.14 12:24:03+04'00'