

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Республики Бурятия
МБОУ "Мондинская СОШ"

Программа рассмотрена и одобрена на заседании МО учителей начальных классов МБОУ «Мондинская СОШ» _____ /Т.Н. Михалева
Протокол № 4
от « 4 » апреля 2022г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР МБОУ «Мондинская СОШ» _____ / С.А. Шалданова
« 04 » апреля 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Мондинская СОШ» _____ / Т.В. Лопсонова
Приказ № _____
от « _____ » _____ 2022г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Уроки здоровья»
для 1 класса начального общего
образования на 2022-2023 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Программа «Уроки здоровья» имеет **физкультурно-оздоровительную направленность**. Данная программа реализуется в МБОУ «Мондинская СОШ» и служит для организации внеурочной деятельности младших школьников.

Актуальность программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

Подвижные игры на улице являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх дети упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ

Целесообразность программы «Уроки здоровья» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Занятия проводятся на улице (спортивной площадке), в спортивном зале .

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В 1 классе на изучение программы внеурочной деятельности «Уроки здоровья» отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов.

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Спорт в жизни людей. Мотивационный блок. Знакомство учащихся с физкультурным залом. Беседа у стенда «Лучшие спортсмены школы». Знакомство с правилами поведения на занятии. Выполнение упражнений «Я расту», «Живые картинки», «Зеркало», «Плечо друга», «Морская волна». Познавательный блок Школа юных олимпийцев. Коллективная рефлексия.

Тема 2. Зарядка в стране олимпийцев.

Практическое занятие. Мотивационный блок. Чтобы стать настоящим олимпийцем нужно... Загадки для олимпийцев. Упражнения: «Радость», «Будильник», «Мельница», «Гармошка», «Змея», «Внимание», «Капелька. Подвижная игра «Королевство кривых зеркал.

Тема 3. Значение осанки в жизни человека.

Сюжетно-ролевая игра. Объяснение учителем сюжета игры. Свободное распределение ролей игры. Участие в игровых действиях. Упражнение на посту, Рапорт командиру. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки.

Групповая рефлексия (Какие упражнения получились и не получились и почему?)

Тема 4. Гигиена олимпийцев.

Практическое занятие. Мотивационный блок: «Здоровье в порядке спасибо зарядке». Выполнение упражнений в командах под названием «утренняя эстафета». Игровой блок. Познавательный блок Олимпийская азбука. огда с первого раза не удалось выполнить упражнение?

Тема 5. Двигательные упражнения олимпийцев с предметами.

Сюжетно-ролевая игра «В цирке». Объяснение учителем игрового замысла, подготовка игрового материала совместно с учителем. Совместно с учителем формулирование правил игры, системы поощрений и штрафов за нарушение правил. Свободное распределение на группы по три-четыре человека. Выполнение упражнений с флажками. Комплекс упражнений «Спортивный парад». Олимпийская азбука. Групповая рефлексия что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Насколько комфортно было работать в группе?).

Тема 6. Движение есть жизнь.

Беседа по теме. Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета».

Групповая рефлексия (Что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.

Тема 7. Значение осанки в жизни человека

Сюжетно-ролевая игра. Объяснение учителем сюжета игры. Свободное распределение ролей игры. Участие в игровых действиях. Упражнение на посту, Рапорт командиру. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки.

Групповая рефлексия (Какие упражнения получились и не получились и почему?)

Тема 8. Хочешь быть красивым, умным и здоровым -бегай.

Игра-путешествие «Нужно», «Можно», и «Нельзя» в беге упражнение: «За ветром», «Игры роботов», «Тройка», «Мышка». Специальные беговые упражнения.

Групповая рефлексия (Насколько значим данный вид деятельности для твоего саморазвития и почему?).

Тема 9. Бег в стране олимпийщиков.

Обсуждение. Виды бега. Участие в соревнованиях по бегу. Обсуждение, подведение итогов соревнования. Высказывание собственного мнения, аргументация и анализ причин успеха и неудачи. Предложение вариантов коррекции действий. Групповая рефлексия (Твой личный вклад в групповую деятельность? Какова твоя доля личной ответственности в достижении победы команды?).

Тема 10. Бег и преодоление препятствий.

Практическое занятие. Олимпийская азбука. Эстафеты с бегом. Подвижные игры «Салки.»

Тема 11. Бег в нашей жизни.

Познавательная экскурсия на стадион. Кроссовый бег. Игры по выбору учащихся с бегом.

Тема 12. Я здоровье сберегу, сам себе я помогу.

Спортивный праздник. Проводится для подведения итогов реализации программы. Обсуждение сценария праздника. Формирование группы для подготовки праздника, распределение обязанностей каждой группе, обсуждение этапов подготовки, подготовка и оформление площадки для проведения праздника, подготовка инвентаря, музыкального сопровождения, показательных выступлений, формирование команды, выбор капитанов команд. Участие в спортивных играх, подведение итогов праздника, оценивание выступлений своих и товарищей, анализ удачи и причин поражений, формулирование выводов, планирование деятельности по устранению причин неудач. Оформление протокола по итогам праздника.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Воспитательные результаты внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности учащихся 1-классов распределяются по двум уровням.

Результаты (приобретение школьником социальных знаний понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о здоровом образе жизни, об оздоровительном значении занятий физической культурой, о личной гигиене, о технике безопасности на занятиях физкультурой.

Формы достижения результатов первого уровня: игра-путешествие, практические занятия, беседы, тренинги, тестирование.

Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к физкультуре и спорту, к труду, к родному Отечеству, к другим людям.

Формы достижения результатов второго уровня: конкурсы, познавательная экскурсия, соревнование. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.

Личностные:

- определять смысл влияния физической культуры на здоровье человека;
- мотивация учащихся на занятия физической культурой:
- удовлетворения потребностей в движении, в общении со сверстниками и взрослыми, в повышении уровня физического развития и физической подготовленности, в формировании устойчивых мотивов самосовершенствования;
- оценивать нравственно-этическую составляющую событий и действий с точки зрения моральных норм.

Регулятивные:

- ставить учебные задачи в соответствии с предполагаемой деятельностью;
- определять последовательность промежуточных целей для достижения конечного результата;
- составлять план и последовательность действий для достижения результата;
- контролировать и оценивать выполнение заданий, с целью нахождения несоответствия с эталоном двигательного действия;
- оценивать качество и уровень освоения задания. ***Познавательные:***
- находить и структурировать информацию;
- анализировать игровые действия с выделением существенных признаков;
- выстраивать логическую цепь рассуждений на заданную тему.

Коммуникативные:

- учитывать позицию партнера в совместной деятельности;
- согласовывать усилия детей в организации и осуществлении совместной деятельности;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- контролировать действия партнера в игровой деятельности;
- задавать вопросы;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Предметные:

- планировать применение физических упражнений в режиме дня;

- излагать факты истории развития спорта, спортивных традиций региона;
- представлять физические упражнения как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности;
- применять способы коррекции осанки, развития физических качеств,
- овладение техникой движений;
- моделировать комплексы упражнений для формирования своего телосложения;
- оформлять модели комплексов с использованием знаково-символических действий.

Ученик научится:

- характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющего опыта;
- находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправлений;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения, взаимопомощи, дружбы, толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузки и отдых, в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

Ученик получит возможность научиться:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения физической культуры;
 - выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ **ПЛАНИРОВАНИЕ**

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности	Форма организации
1.	Спорт в жизни людей. Мотивационный блок. <i>Знакомство учащихся с физкультурным залом.</i> Беседа у стенда «Лучшие спортсмены школы». Знакомство с правилами поведения на занятии. Выполнение упражнений «Я расту», «Живые картинки», «Зеркало», «Плечо друга», «Морская волна». Познавательный блок Школа юных олимпийцев. Коллективная рефлексия .	2	Игровая, познавательная	Игра путешествия
2.	Зарядка в стране олимпийцев <i>Практическое занятие.</i> Мотивационный блок. Чтобы стать настоящим олимпийцем нужно...Загадки для олимпийцев. Упражнения: «Радость», «Будильник», «Мельница», «Гармошка», «Змея», «Внимание», «Капелька. Подвижная игра «Королевство кривых зеркал.	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Практическое задание
3.	Зарядка в стране олимпийцев <i>Практическое занятие.</i> Мотивационный блок. Чтобы стать настоящим олимпийцем нужно...Загадки для олимпийцев. Упражнения: «Радость», «Будильник», «Мельница», «Гармошка», «Змея», «Внимание», «Капелька. Подвижная игра «Королевство кривых зеркал.	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Практическое задание
4.	Зарядка в стране олимпийцев <i>Практическое занятие.</i> Мотивационный блок. Чтобы стать настоящим олимпийцем нужно...Загадки для олимпийцев. Упражнения: «Радость», «Будильник», «Мельница», «Гармошка», «Змея», «Внимание», «Капелька. Подвижная игра «Королевство кривых зеркал.	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Практическое задание
5.	Зарядка в стране олимпийцев <i>Практическое занятие.</i> Мотивационный блок. Чтобы стать настоящим олимпийцем нужно...Загадки для олимпийцев. Упражнения: «Радость», «Будильник», «Мельница», «Гармошка», «Змея», «Внимание», «Капелька. Подвижная игра «Королевство	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Спортивный праздник

	кривых зеркал.			
6.	Зарядка в стране олимпийцев <i>Практическое занятие.</i> Мотивационный блок. Чтобы стать настоящим олимпийцем нужно...Загадки для олимпийцев. Упражнения: «Радость», «Будильник», «Мельница», «Гармошка», «Змея», «Внимание», «Капелька. Подвижная игра «Королевство кривых зеркал.	2	Познавательная спортивно-оздоровительная	Беседа

7.	Значение осанки в жизни человека <i>Сюжетно-ролевая игра.</i> Объяснение учителем сюжета игры. Свободное распределение ролей игры. Участие в игровых действиях. Упражнение на посту, рапорт командиру. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Групповая рефлексия. Какие упражнения получились и не получились и почему?	2	Игровая, познавательная спортивно- оздоровительная	Практическое задание
8.	Значение осанки в жизни человека <i>Сюжетно-ролевая игра.</i> Объяснение учителем сюжета игры. Свободное распределение ролей игры. Участие в игровых действиях. Упражнение на посту, рапорт командиру. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Групповая рефлексия. Какие упражнения получились и не получились и почему?	2	Игровая, познавательная спортивно- оздоровительная	Практическое задание
9.	Значение осанки в жизни человека <i>Сюжетно-ролевая игра.</i> Объяснение учителем сюжета игры. Свободное распределение ролей игры. Участие в игровых действиях. Упражнение на посту, рапорт командиру. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Групповая рефлексия. Какие упражнения получились и не получились и почему?	2	Игровая, познавательная спортивно- оздоровительная	Игры
10.	Значение осанки в жизни человека <i>Сюжетно-ролевая игра.</i> Объяснение учителем сюжета игры. Свободное распределение ролей игры. Участие в игровых действиях. Упражнение на посту, рапорт командиру. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Групповая рефлексия. Какие упражнения получились и не получились и почему?	2	Игровая, познавательная спортивно- оздоровительная	Практическое задание индивидуальная, групповая
11.	Гигиена олимпийщиков <i>Практическое занятие.</i> Мотивационный блок: «Здоровье в порядке спасибо зарядке». Выполнение упражнений в командах под названием «утренняя эстафета». Игровой блок. Познавательны блок Олимпийская азбука.	2	Игровая, познавательная спортивно- оздоровительная	Практическое задание
12.	Двигательные упражнения олимпийщиков с предметами. <i>Сюжетно-ролевая игра «В цирке».</i> Объяснение учителем игрового замысла, подготовка	2	Игровая, познавательная спортивнооздоровитель-	Практическое задание

	игрового материала совместно с учителем. Совместно с учителем формулирование правил игры, системы поощрений и штрафов за нарушение правил. Свободное распределение на группы по три-четыре человека. Выполнение упражнений с флажками. Комплекс упражнений «Спортивный парад». Олимпийская азбука. Групповая рефлексия, что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Насколько комфортно было работать в группе?		ная	
13.	Движение есть жизнь. <i>Беседа по теме.</i> Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета». Групповая рефлексия. Что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
14.	Движение есть жизнь. <i>Беседа по теме.</i> Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета». Групповая рефлексия. Что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
15.	Движение есть жизнь. <i>Беседа по теме.</i> Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета». Групповая рефлексия. Что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Практическое задание
16.	Движение есть жизнь. <i>Беседа по теме.</i> Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета». Групповая рефлексия. Что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
17.	Движение есть жизнь. <i>Беседа по теме.</i> Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета». Групповая рефлексия. Что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая

18.	<p>Движение есть жизнь. <i>Беседа по теме.</i> Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета». Групповая рефлексия. Что вы испытывали,</p>	2	Игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная	Беседа, игры
	когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.			
19.	<p>Движение есть жизнь. <i>Беседа по теме.</i> Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета». Групповая рефлексия. Что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.</p>	2	Игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
20.	<p>Движение есть жизнь. <i>Беседа по теме.</i> Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета». Групповая рефлексия. Что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.</p>	2	Игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
21.	<p>Движение есть жизнь. <i>Беседа по теме.</i> Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета». Групповая рефлексия. Что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.</p>	2	Игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
22.	<p>Движение есть жизнь. <i>Беседа по теме.</i> Игра «Олимпийская азбука». Упражнения «Близнецы». Театр пантомимы. Упражнение «Путаница». Упражнение «Необыкновенная эстафета». Групповая рефлексия. Что вы испытывали, когда с первого раза не удалось выполнить упражнение? Закрепление правил честной игры.</p>	2	Игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
23.	<p>Значение осанки в жизни человека <i>Сюжетно-ролевая игра.</i> Объяснение учителем сюжета игры. Свободное распределение ролей игры. Участие в игровых действиях. Упражнение на посту, рапорт командиру. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Групповая рефлексия. Какие упражнения получились и не получились и почему?</p>	2	Игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая

24.	Значение осанки в жизни человека <i>Сюжетно-ролевая игра.</i> Объяснение учителем сюжета игры. Свободное распределение ролей игры. Участие в игровых действиях. Упражнение на посту, рапорт командиру. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Групповая рефлексия. Какие упражнения получились и не получились и почему?	2	Игровая, познавательная, порттивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
25.	Значение осанки в жизни человека <i>Сюжетно-ролевая игра.</i> Объяснение учителем сюжета игры. Свободное распределение ролей игры. Участие в игровых действиях. Упражнение на посту, рапорт командиру.	2	Игровая, познавательная, спортивно-	Соревнование Фронтальная, индивидуальная

	Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Групповая рефлексия. Какие упражнения получились и не получились и почему?		оздоровительная	ая, групповая
26.	Значение осанки в жизни человека <i>Сюжетно-ролевая игра.</i> Объяснение учителем сюжета игры. Свободное распределение ролей игры. Участие в игровых действиях. Упражнение на посту, рапорт командиру. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки. Групповая рефлексия. Какие упражнения получились и не получились и почему?	2	Игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная	Соревнование Фронтальная, индивидуальная, групповая
27.	Хочешь быть красивым, умным и здоровым -бегай. <i>Игра-путешествие</i> «Нужно», «Можно», и «Нельзя» в беге упражнение: «За ветром», «Игры роботов», «Тройка», «Мышка». Специальные беговые упражнения. .	2	Игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
28.	Хочешь быть красивым, умным и здоровым -бегай. <i>Игра-путешествие</i> «Нужно», «Можно», и «Нельзя» в беге упражнение: «За ветром», «Игры роботов», «Тройка», «Мышка». Специальные беговые упражнения. .	2	Игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
29.	Бег в стране олимпийщиков <i>Обсуждение.</i> Виды бега. Участие в соревнованиях по бегу. Обсуждение, подведение итогов соревнования. Высказывание собственного мнения, аргументация и анализ причин успеха и неудачи. Предложение вариантов коррекции действий. Групповая рефлексия (Твой личный вклад в групповую деятельность? Какова твоя доля личной ответственности в достижении победы команды?).	2	Игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная	Упражнения, опрос, Практические задания

30.	Бег в стране олимпийщиков <i>Обсуждение.</i> Виды бега. Участие в соревнованиях по бегу. Обсуждение, подведение итогов соревнования. Высказывание собственного мнения, аргументация и анализ причин успеха и неудачи. Предложение вариантов коррекции действий. Групповая рефлексия (Твой личный вклад в групповую деятельность? Какова твоя доля личной ответственности в достижении победы команды?).	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Практическое задание Фронтальная, индивидуальная, групповая
31.	Бег и преодоление препятствий <i>Практическое занятие.</i> Олимпийская азбука. Эстафеты с бегом. Подвижные игры «Салки.»	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Сюжетно-ролевая игра
32.	Бег в нашей жизни. <i>Познавательная экскурсия на стадион.</i> Кроссовый бег. Игры по выбору учащихся с бегом.	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Сюжетно – ролевая игра Фронтальная, индивидуальная, групповая
33.	Хочешь быть красивым, умным и здоровым -бегай. Игра-путешествие «Нужно», «Можно», и «Нельзя» в беге упражнение: «За ветром», «Игры роботов», «Тройка», «Мышка». Специальные беговые упражнения. .	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Сюжетно – ролевая игра Фронтальная, индивидуальная, групповая
34.	Я здоровье сберегу, сам себе я помогу. <i>Спортивный праздник.</i> Проводится для подведения итогов реализации программы. Обсуждение сценария праздника. Формирование группы для подготовки праздника, распределение обязанностей каждой группе, обсуждение этапов подготовки, подготовка и оформление площадки для проведения праздника, подготовка инвентаря, музыкального сопровождения, показательных выступлений, формирование команды, выбор капитанов команд. Участие в спортивных играх, подведение итогов праздника, оценивание выступлений своих и товарищей, анализ удачи и причин поражений, формулирование выводов, планирование деятельности по устранению причин неудач. Оформление протокола по итогам праздника.	2	Игровая, познавательная спортивно-оздоровительная	Сюжетно – ролевая игра Фронтальная, индивидуальная, групповая
	Итого	68		