

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования и науки Пермского края  
Управление образования Ординского муниципального округа  
МБОУ "Красноясыльская ООШ"

<b>ПРИНЯТО</b> на заседании педагогического совета Протокол №1 от " 28 " 08. 2024 г.	<b>УТВЕРЖДЕНО</b> Директор МБОУ "Красноясыльская ООШ" Теплых О.В. Приказ № 233 от " 28 " 08. 2024 г.
--	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по внеурочной деятельности**  
**«Тропа здоровья»**  
**(спортивно-оздоровительная деятельность)**  
для обучающихся 2 класса  
на 2024-2025 учебный год

Составитель: Зубарева Ирина Леонидовна  
учитель начальных классов

с. Красный Ясыл 2024

## **Пояснительная записка.**

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

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

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

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

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

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

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

### **Цели программы:**

- ✓ Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
- ✓ Научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

### **Задачи:**

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

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

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

- организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);
- организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация питания учащихся;
- проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,
- организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;

Программа «Путешествие по тропе здоровья» рассчитана в I класс – 33 часа, 2 классе – 17 часов, 3 и 4 классы – по 34 часа.

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

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

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

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

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

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

### **Планируемые результаты**

После окончания **I года обучения** учащиеся должны

#### **Знать:**

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

#### **Уметь:**

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

#### **Личностные результаты:**

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

#### **Метапредметные результаты:**

##### **1. Регулятивные УУД:**

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

## **2. Познавательные УУД:**

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

## **3. Коммуникативные УУД:**

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

После окончания **II года обучения** учащиеся должны

### **Знать:**

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

### **Уметь:**

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

### **Личностные результаты:**

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

## **Метапредметные результаты:**

### **1. Регулятивные УУД:**

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

### **2. Познавательные УУД:**

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

### **3. Коммуникативные УУД:**

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

После окончания **III года обучения** учащиеся должны

### **Знать:**

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

### **Уметь:**

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

- вести здоровый образ жизни.

### **Личностные результаты:**

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

### **Метапредметные результаты:**

#### **1. Регулятивные УУД:**

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

#### **2. Познавательные УУД:**

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

#### **3. Коммуникативные УУД:**

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

После окончания **IV года обучения** учащиеся должны

### **Знать:**

- правила соревнований по спортивным играм;

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

#### **Уметь:**

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

#### **Личностные результаты:**

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

#### **Метапредметные результаты:**

##### **1. Регулятивные УУД:**

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

- понимать причины своего неуспеха и находить способы выхода из этой ситуации.

## **2. Познавательные УУД:**

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

## **3. Коммуникативные УУД:**

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

**Результатом практической деятельности по программе «Тропа здоровья» можно считать следующее:**

- ✓ Высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.
- ✓ Среди учащихся начальных классов нет курящих детей.
- ✓ Повышается активность учащихся в мероприятиях школы, класса, города.
- ✓ Класс взаимодействует с младшими учащимися с целью просвещения и вовлечения в здоровый образ жизни, приглашают их на уроки здоровья, сценические выступления.
- ✓ Классный руководитель координирует проектную работу учащихся, направленную сбор и оформление информации по темам укрепления здоровья. Результаты представляем на классных часах и внеклассных мероприятиях начальных классов школы.
- ✓ Высокий уровень активности родителей по вопросам сохранения здоровья.
- ✓ Намечены преемственные связи в содержании и методах воспитания в начальной школе и первого этапа воспитания в основной школе.
- ✓ 90% учащихся класса посещают кружки дополнительного образования.

### **Предполагаемый результат:**

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

### **Формы учета знаний и умений.**

Программа внеурочной деятельности по спортивно – оздоровительному направлению «Тропа здоровья» предполагает вовлечение обучающихся в здоровьесберегающие практики. Контроль и оценка результатов освоения программы будет продуктивным в процессе организации следующих форм деятельности: спортивные эстафеты, турниры и соревнования, внеклассные мероприятия, конкурсы рисунков. Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

### **Содержание программы:**

#### **Беседы по профилактике здорового образа жизни – 20 ч.:**

**I класс – 6ч.** «Поведение в школе, ознакомление с опасными местами в здании школы и вокруг него», «Твой новый режим дня», «Сменная обувь. Зачем она?», «Учимся не болеть», «Полезь и вред воды», «Кто сколько жует – тот столько живет».

**II класс – 4ч.** «Режим дня», «Смешное и поучительное», «Страна Болочка», «Я и мои привычки», «Мой друг – велосипед».

**III класс – 5ч.** «Уроки хорошего поведения», «Одевайся по погоде», «Вредные привычки», «Час здоровья», «Улица полна неожиданностей».

**IV класс – 5ч.** «Первая помощь утопающему», «Обсуждение сказки «Старик и Сова», «Профилактика гриппа», «Береги здоровье смолоду», «Как правильно купаться и загорать».

**Подвижные игры на свежем воздухе – 26 ч.:** «Увернись от мяча», «Вороны и воробьи», «Паровозик», «Ловишки-перебежки», «Первые снежки», «Строим снежную крепость», «Донести рыбку», «Петушиный бой», «Два Мороза», «собери орехи», «Большой мяч» и др. Катание на санках. Игра в снежки.

**I класс – 9ч, II класс – 3ч, III класс – 8ч, IV класс – 8ч**

## **Экскурсии – 14 ч.:**

**I класс – 3ч** «Красота осенней природы», «Красота зимней природы», «Наблюдения за весенними изменениями в природе».

**II класс – 3ч.** «Осенние изменения в природе», «Осторожно – тонкий лед», «Зимние забавы», «Весенние изменения в природе».

**III класс – 4ч.** «В осеннем лесу», «Чистый район», «Как живешь, сосенка?», «День птиц

**IV класс – 4ч** «Ядовитые растения и грибы», «Снежное покрывало», «Что осталось после зимы», «Весенние следы».

## **Динамические прогулки и игры – 9 ч.**

**I класс – 5ч, II класс – 2ч, III класс – 1ч, IV класс – 1ч**

## **Подготовка и проведение внеклассных мероприятий, праздников – 8ч.:**

**I класс – 2ч** «Волшебница Гигиена», «Здоровье Планеты – наше здоровье»

**II класс – 1ч** «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», «Уроки безопасности пешехода»

**III класс – 3ч** «Правила здоровья», «Зимняя сказка», «Путешествие в страну Витамицию»

**IV класс – 2ч** Игра-путешествие «В стране Здорового Образа Жизни», поиск клада «Остров Здоровья»

## **Настольные игры – 11ч.:** Шашки, шахматы, настольный теннис.

**I класс – 3ч, II класс – 1ч, III класс – 3ч, IV класс – 2ч**

## **Спортивные игры – 5ч.:** «Учимся играть в футбол, волейбол»

**II класс – 1ч, III класс – 2ч, IV класс – 1ч**

## **Занятия в спортивном зале – 5ч.:** «Веселая скакалка», «Звонкий мяч»,

**I класс – 1ч, II класс – 1ч, III класс – 2ч, IV класс – 1ч**

## **Спортивные соревнования – 9 ч.:** Весёлые старты, эстафета на санках, лыжах.

**I класс – 2ч, II класс – 1ч, III класс – 2ч, IV класс – 2ч**

**Труд и спорт – 2 ч.:** Лепка, оформление снежных фигур

**III класс – 1ч, IV класс – 1ч**

**Катание на лыжах и коньках – 8ч.**

**I класс – 1ч, II класс – 1ч, III класс – 2ч, IV класс – 4ч**

**Конкурс рисунков – 2ч. – IV класс**

**Родительское собрание – 4 ч.**

**I класс – 1ч, II класс – 1ч «Компьютер в семье. Польза и вред.», III класс – 1ч, IV класс – 1ч**

Тематическое планирование по программе

«Тропа здоровья здоровья»

1 класс – 33 часа

№ п/п	Форма работы	Тема	К час	Место проведения
1	Беседа, экскурсия по школе и прилегающей к ней территории.	«Поведение в школе, ознакомление с опасными местами в здании школы и вокруг нее».	1	Школа, территория вокруг школы.
2	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Увернись от мяча»	1	Спортивная площадка.
3	Беседа	«Твой новый режим дня»	1	Кабинет нач. классов.
4	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Вороны и воробьи»	1	Спортивная площадка.
5	Экскурсия в осенний лес.	«Красота осенней природы».	1	Сосновый бор.
6	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.	1	Спортивная площадка.
7	Внеклассное мероприятие	«Волшебница Гигиена»	1	Кабинет нач. классов.
8	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Паровозик» «Увернись от мяча»	1	Спортивная площадка.

9	Знакомство с настольными играми.	Шашки, шахматы	1	Кабинет нач. классов.
10	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Паровозик» «Вороны и воробьи»	1	Спортивная площадка.
11	Беседа	«Сменная обувь. Зачем она?»	1	Кабинет нач. классов.
12	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Ловишки-перебежки» «Паровозик»	1	Спортивная площадка.
13	Беседа. Час здоровья.	«Учимся не болеть»	1	Кабинет нач. классов.
14	Настольные игры.	Шашки, шахматы	1	Кабинет нач. классов.
15	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Первые снежки»	1	Спортивная площадка.
16	Спортивные соревнования	Весёлые старты	1	Спортивный зал.
17	Подвижные игры на свежем воздухе.	Строим снежную крепость	1	Спортивная площадка.
18	Подвижные игры на свежем воздухе.	Катание на санках. Игра в снежки.	1	Спортивная площадка.
19	Спортивные соревнования	Эстафета на санках.	1	Спортивная площадка.
20	Зимняя экскурсия.	«Красота зимней природы»	1	Окрестности вокруг школы
21	Беседа	«Польза и вред воды»	1	Кабинет нач. классов.
22	Подвижные игры на свежем воздухе.	Катание на санках. Игра в снежки.	1	Спортивная площадка.
23	Лыжная прогулка.	«Первые шаги»	1	Спортивная площадка
24	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.	1	Спортивная площадка.
25	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.	1	Спортивная площадка.

26	Подвижные игры и упражнения с мячами.	«Звонкий мяч»	1	Спортивный зал.
27	Динамическая прогулка.	«В гости к берёзкам».	1	Окрестности вокруг школы
28	Настольные игры.	Шашки, шахматы	1	Кабинет нач. классов.
29	Беседа	«Кто сколько жуёт – тот столько живёт»	1	Кабинет нач. классов.
30	Проведение внеклассного мероприятия	«Здоровье Планеты – наше здоровье»	1	Кабинет нач. классов.
31	Экскурсия в весенний лес.	Наблюдения за весенними изменениями в природе. Подвижные игры.	1	Окрестности вокруг школы
32	Динамическая прогулка на водоём.	Подвижные игры на берегу реки.	1	Окрестности вокруг школы
33	Родительское собрание	«Впереди лето – возможности для отдыха в летнее время»	1	Кабинет нач. классов.

Тематическое планирование по программе

«Тропа здоровья»

2 класс – 17ч

№ п/п	Форма работы	Тема	К час	Место проведения
1	<b>Беседа</b>	« Режим дня »	1	Кабинет нач. кл
2	<b>Спортивные игры.</b>	Учимся играть в волейбол.	1	Спортивная площадка.
3	<b>Экскурсия в осенний лес.</b>	«Красота осенней природы».	1	Окрестности вокруг школы.
4	<b>Подвижные игры на свежем воздухе.</b>	«Белые медведи» «Донести рыбку»	1	Спортивная площадка.
5	<b>Внеклассное мероприятие</b>	«Я здоровье сберегу, сам себе я помогу»	1	Кабинет нач. классов.
6	<b>Час здоровья. Беседа – игра.</b>	«Мой друг – велосипед» «Уроки безопасности пешехода».	1	Спортивная площадка

7	<b>Настольные игры.</b>	Шашки, шахматы, настольный теннис.	1	Кабинет нач. классов
8	<b>Час здоровья. Учимся узнавать действия своего организма</b>	«Я и мои привычки»	1	Кабинет нач. классов.
9	<b>Спортивные соревнования</b>	Весёлые старты	1	Спортивный зал.
10	<b>Беседа – игра. Выставка рисунков.</b>	«Страна Болочка»	1	Кабинет нач. классов.
11	<b>Зимняя экскурсия .</b>	Зимние забавы	1	Окрестности вокруг школы.
12	<b>Подвижные игры на свежем воздухе.</b>	Катание на санках. Игра в снежки.	1	Спортивная площадка.
13	<b>Лыжная прогулка.</b>	«Скользкая лыжня»	1	Спортивная площадка
14	<b>Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе</b>	Разучивание подвижных игр	1	Спортивная площадка
15	<b>Подвижные игры на свежем воздухе.</b>	«Белые медведи» «Донести рыбку»	1	Спортивная площадка.
16	<b>Экскурсия в весенний лес.</b>	Весенние изменения в природе	1	Сосновый бор
17	<b>Динамическая прогулка на водоём.</b>	Подвижные игры на берегу реки.	1	Окрестности вокруг школы

Тематическое планирование по программе

«Тропа здоровья»

3 класс – 34 часа

№ п/п	Форма работы	Тема	К час	Место проведения
1	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Петушиный бой» «Донести рыбку»	1	Спортивная площадка.
2	Динамическая прогулка на водоём.	Подвижные игры на берегу реки.	1	Окрестности вокруг школы
3	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.	«Уроки хорошего поведения».	1	Кабинет нач. классов.

4	Экскурсия в осенний лес.	«Осенние изменения в живой и неживой в природе».	1	Окрестности вокруг школы.
5	Занятие на футбольном поле	Игра в футбол.	1	Футбольное поле.
6	Занятие на футбольном поле	Игра в футбол.	1	Футбольное поле.
7	Экологическая экскурсия.	«Чистый район».	1	Окрестности вокруг школы.
8	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Попади в след» «На одной ноге»	1	Спортивная площадка.
9	Внеклассное мероприятие	«Правила здоровья»	1	Кабинет нач. классов.
10	Подвижные игры и упражнения с обручами.	Подвижные игры и упражнения с обручами	1	Спортивный зал
11	Час здоровья.	«Одевайся по погоде».	1	Кабинет нач. классов
12	Подвижные игры и упражнения с мячами.	«Звонкий мяч»	1	Спортивный зал
13	Час настольных игр.	Шашки, шахматы	1	Кабинет нач. классов
14	Эстафеты с предметами.	«Кто быстрее?»	1	Спортивный зал.
15	Подвижные игры на свежем воздухе.	Катание на санках. Игра в снежки.	1	Спортивная площадка
16	Час здоровья.	«Вредные привычки».	1	Кабинет нач. классов
17	Украшение школьного двора к празднику.	Лепка снежных фигур.	1	Спортивная площадка
18	Зимняя экскурсия.	«Как живешь, сосенка?»	1	Сосновый бор
19	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Снежный гороскоп».	1	Спортивная площадка.
20	Внеклассное мероприятие.	«Зимняя сказка».	1	Кабинет нач. классов.
21	Катание на лыжах	Катание на лыжах	1	Спортивная площадка
22	Катание на коньках	Катание на коньках	1	Хоккейная коробка

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

### Тематическое планирование по программе

«Тропа здоровья»

4 класс – 34 часа

№ п/п	Форма работы	Тема	К час	Место проведения
-------	--------------	------	-------	------------------

1	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Пролезь сквозь мешок» «Землемеры»	1	Спортивная площадка
2	Экскурсия в осенний лес.	«Ядовитые растения и грибы».	1	Окрестности вокруг школы
3	Динамическая прогулка.	«Бег и ходьба – два слагаемых здоровья».	1	Окрестности вокруг школы
4	Занятие на футбольном поле	Игра в футбол.	1	Футбольное поле.
5	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.	«Первая помощь утопающему».	1	Кабинет нач. классов.
6	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Шлепанки» «Большой мяч»	1	Спортивная площадка
7	Экологический час.	Сказка «Старик и Сова».	1	Кабинет нач. классов.
8	Подвижные игры и упражнения с мячами.	«Звонкий мяч»	1	Спортивный зал
9	Час здоровья.	«Профилактика гриппа».	1	Кабинет нач. классов
10	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Прятки» «Перехватчики»	1	Спортивная площадка
11	Конкурс рисунков.	«Что такое ЗОЖ?»	1	Кабинет нач. классов
12	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Мельница» «Перехватчики»	1	Спортивная площадка
13	Эстафеты с предметами	Эстафеты с предметами	1	Спортивный зал
14	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Второй лишний» «Мельница»	1	Спортивная площадка
15	Украшение школьного двора к празднику.	Оформление снежных фигур.	1	Спортивная площадка
16	Спортивные соревнования.	Эстафета на лыжах.	1	Спортивная площадка

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