

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа города Багратионовска»
238420, Калининградская обл., г. Багратионовск, ул. Пограничная, д.68. тел. (8-40156) 3-22-63, 3-27-46

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УВР
 Алёхина И.А.

«01» 06 2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ «Средняя
школа города Багратионовска»



Жаркова Г.Р.
«01» 06 2023 г.

ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Путешествие по стране Здоровья»
1-4 класс

Учитель: *Гайнуллина Райса Равильевна*

г. Багратионовск
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Путешествие по тропе Здоровья» для 1-4 классов разработана в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 16.11.2022 № 992 "Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования";
- ПИСЬМО Министерства просвещения РФ от 5 июля 2022 г. № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций»;
- согласно учебному плану МБОУ «Средняя школа города Багратионовска» на 2023-2024 учебный год; с особенностями образовательного учреждения, образовательных потребностей и запросов родителей (законных представителей обучающихся).

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 на **1 учебный час в неделю**: I класс – 33 часа, II – IV классы – 34 часа.

Место реализации программы: спортивный зал, спортивная площадка, кабинет

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 «Путешествие по тропе 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 «Путешествие по тропе 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».

Формы организации внеучебной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению: утренняя зарядка, физкультминутки во время уроков, динамические паузы во время перемен, уроки физкультуры, прогулки, спортивно-оздоровительные часы, эстафеты, физкультурные праздники, спортивные кружки подвижных, народных оздоровительных игр и пр.

Содержание программы

Беседы по профилактике здорового образа жизни – 21 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 – 5ч. «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 – 28 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. Игра в снежки.

I класс – 9ч, II класс – 5ч, III класс – 8ч, IV класс – 8ч

Экскурсии – 15 ч.:

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

II класс – 4ч. «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 – 10 ч.

I класс – 5ч, II класс – 3ч, III класс – 1ч, IV класс – 1ч

Подготовка и проведение внеклассных мероприятий, праздников – 9 ч.:

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

II класс – 2ч «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», «Уроки безопасности пешехода»

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

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

Настольные игры – 12ч.: Шашки, шахматы, настольный теннис.

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

Спортивные игры – 6ч.: «Учимся играть в футбол, волейбол»

II класс – 3ч, 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 – 10 ч.: Весёлые старты, эстафета на санках, лыжах.

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

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

III класс – 1ч, IV класс – 1ч

Динамические прогулки и игры – 11 ч.

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

Конкурс рисунков – 2ч. – IV класс

Родительское собрание – 4 ч.

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

Тематическое планирование по программе 1 класс – 33 часа

№ п/п	Форма работы	Тема
1	Беседа, экскурсия по школе и прилегающей к ней территории.	«Поведение в школе, ознакомление с опасными местами в здании школы и вокруг нее».
2	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Увернись от мяча»
3	Беседа	«Твой новый режим дня»
4	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Вороны и воробьи»
5	Экскурсия в осенний лес.	«Красота осенней природы».
6	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.
7	Внеклассное мероприятие	«Волшебница Гигиена»
8	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Паровозик» «Увернись от мяча»
9	Знакомство с настольными играми.	Шашки, шахматы
10	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Паровозик» «Вороны и воробьи»
11	Беседа	«Сменная обувь. Зачем она?»
12	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Ловишки-перебежки» «Паровозик»
13	Беседа. Час здоровья.	«Учимся не болеть»
14	Настольные игры.	Шашки, шахматы
15	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Первые снежки»
16	Спортивные соревнования	Весёлые старты
17	Подвижные игры на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.
18	Подвижные игры на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.
19	Спортивные соревнования	Эстафета на санках.
20	Зимняя экскурсия.	«Красота зимней природы»
21	Беседа	«Польза и вред воды»
22	Подвижные игры на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.
23	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.
24	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.
25	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр.
26	Подвижные игры и упражнения	«Звонкий мяч»

	с мячами.	
27	Динамическая прогулка.	«В гости к берёзкам».
28	Настольные игры.	Шашки, шахматы
29	Беседа	«Кто сколько жуёт – тот столько живёт»
30	Проведение внеклассного мероприятия	«Здоровье Планеты – наше здоровье»
31	Экскурсия в весенний парк.	Наблюдения за весенними изменениями в природе. Подвижные игры.
32	Динамическая прогулка на водоём.	Подвижные игры на берегу реки.
33	Родительское собрание	«Впереди лето – возможности для отдыха в летнее время»

Тематическое планирование по программе 2 класс – 34 часа

№ п/п	Форма работы	Тема
1	Беседа	«Режим дня»
2	Спортивные игры.	Учимся играть в волейбол.
3	Экскурсия в осенний парк.	«Красота осенней природы».
4	Спортивные игры.	Учимся играть в волейбол.
5	Занятие на футбольном поле	«Учимся играть в футбол»
6	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Белые медведи» «Донести рыбку»
7	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Белые медведи» «Донести рыбку»
8	Внеклассное мероприятие	«Я здоровье сберегу, сам себе я помогу»
9	Экскурсия на водоём	«Осторожно – тонкий лёд!»
10	Подвижные игры и упражнения со скакалками	«Веселая скакалка»
11	Настольные игры.	Шашки, шахматы, настольный теннис.
12	Внеклассное мероприятие	«Уроки безопасности пешехода».
13	Спортивные соревнования	Весёлые старты
14	Подвижные игры на свежем воздухе.	Строим снежную крепость
15	Просмотр и обсуждение мультфильмов про Смешариков .	«Смешное и поучительное»
16	Спортивные соревнования	Зимние забавы
17	Зимняя экскурсия .	Зимние забавы
18	Беседа – игра. Выставка рисунков.	«Страна Болочка»
19	Подвижные игры на свежем воздухе.	Игра в снежки.
20	Подвижные игры на свежем воздухе.	Игра в снежки.
21	Подвижные игры и упражнения со скакалками	«Веселая скакалка»
22	Настольные игры.	Шашки, шахматы, настольный теннис.
23	Спортивные соревнования	Зимние забавы

24	Настольные игры.	Шашки, шахматы
25	«День Здоровья»	Игры на свежем воздухе
26	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе	Разучивание подвижных игр
27	Час здоровья. Учимся узнавать действия своего организма	«Я и мои привычки»
28	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе	Русская народная игра «Краски», «Черепаша-путешественница»
29	Час здоровья. Беседа – игра.	«Мой друг – велосипед»
30	Подвижные игры на свежем воздухе.	«Белые медведи», «Донести рыбку»
31	Экскурсия в весенний парк.	Весенние изменения в природе
32	Динамическая прогулка на водоём.	Подвижные игры на берегу реки.
33	Эстафета.	Полоса препятствий. Упражнения в равновесии
34	Родительское собрание	«Компьютер в семье. Польза и вред»

Тематическое планирование по программе 3 класс – 34 часа

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

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

Тематическое планирование по программе 4 класс – 34 часа

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

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

Список литературы.

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