

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа деревни Гожня  
Малопургинского района Удмуртской Республики

Принято на педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2021

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ СОШ д. Гожня

О.С. Скворцова

Приказ № 164 от 30.08.2021



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности

**«Маячки»**

Возраст детей 7 -10 лет

Срок реализации программы - 1 год

Автор – составитель:

Кабанова Елена Юрьевна,

педагог дополнительного образования

д. Гожня

2021 г.

## Пояснительная записка

Здоровье ребенка, его физическое и психическое развитие, социально-психологическая адаптация в значительной степени определяются условиями его жизни и, прежде всего, условиями жизни в школе. Именно на годы обучения ребенка в школе приходится период интенсивного развития организма. Как показывают многолетние исследования Института возрастной физиологии, у многих детей времени, свободного от школы и школьных занятий, просто нет. Следует отметить, что образ жизни многих современных людей, включая детей школьного возраста, очень близок по сути к "постельному режиму", ведущему к острой гипокинезии.

Отмечается высокая зависимость роста отклонений в состоянии здоровья от объема и интенсивности учебной нагрузки. Данная рабочая программа кружка «Маячки» разработана в соответствии с требованиями ФГОС в рамках спортивно-оздоровительного направления и включает в себя спортивно-оздоровительный, познавательный, игровой вид деятельности. По требованиям стандарта программа должна реализовать результаты трех уровней.

Данная программа позволяет решить результаты всех трех уровней за счет приобщения обучающихся к ЗОЖ, приобретения ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих; и направлена на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализации деятельности, обеспечивающей социальную успешность, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья. Спортивно-оздоровительная программа направлена на снятие напряжения, психической усталости, развития гиподинамии и гипокинезии при чрезмерных умственных нагрузках учащихся школы.

Программа кружка реализуется в рамках деятельности МОУ СОШ д. Гожня. Данная программа составлена на основе собственного педагогического опыта, изученной литературы, в соответствии с нормами, установленными следующей законодательной базой:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.4.3172-14, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41;

- Письма Министерства образования и науки РФ 09-3242 от 18.11.2015 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 281 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Устава муниципального общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы МОУ СОШ д. Гожня.

#### **Актуальность:**

Рабочая программа кружка «Маячки» отвечает требованиям ФГОС и решает воспитательные результаты трёх уровней, которые поставлены в задачах внеурочной деятельности, через приобщение обучающихся к ЗОЖ и приобретение ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

#### **Новизна:**

Новизна программы состоит в получении результатов нового качества – это выпускник начального звена с достигнутым определенным уровнем целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

**Педагогическая целесообразность.** Решая задачи физического воспитания, учителю необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций, на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения в социуме. Обучающихся необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий. условиях.

#### **Формы и режим работы.**

**Режим работы: очная**

**Возраст детей, участвующих в реализации данной общеобразовательной общеразвивающей программы 7-10 лет, общее количество в группе до 25 человек.**

**Срок реализации: 1 год, 68 часов - 2 часа в неделю.**

Программа предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений и участие в спортивных соревнованиях.

Вся учебно-воспитательная работа в кружке направлена на углубление, расширение и совершенствование знаний, двигательных умений и навыков, получаемых школьниками на уроках физической культуры.

**Цель:** Формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья, посредством занятий лечебной физкультурой.

**Задачи:**

**Образовательные задачи:**

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

**Развивающие задачи:**

- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

**Воспитательные задачи:**

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений,

содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

### **Формы организации занятий.**

Основными формами учебно-тренировочной работы являются: групповые занятия, участие в соревнованиях, теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- или видеозаписей, просмотра соревнований), медико-восстановительные мероприятия, культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

### **Формы проведения занятий.**

Очная. Основными формами проведения занятий являются тренировка и игра.

### **Предполагаемые результаты реализации программы:**

В качестве ожидаемого результата выступает выпускник начального звена с достигнутым определенным уровнем целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

### **Предметные результаты**

- знать необходимые условия для занятий физическими упражнениями, в том числе и правила поведения и техники безопасности;
- иметь активное отношение к собственному здоровью и здоровью близких людей;
- понимать значения понятия «ЗОЖ» и основных его принципов;
- иметь представление о позитивных и негативных факторах влияющих на здоровье, в том числе и на заболевания опорно-двигательного аппарата;
- иметь представление о строении человеческого тела и основных правилах гигиены;
- овладение комплексом упражнений лечебной и дыхательной гимнастики.

### **Личностные результаты:**

- соблюдение основных правил обеспечивающих безопасность жизнедеятельности в быту и на улице;
- умение беречь своё здоровье и здоровье близких людей;
- активно использовать в своей жизни принципы ЗОЖ;
- развитие базовых представлений о единстве физического, психического и духовного здоровья;
- знать характер влияния двигательной активности на человеческий организм;

- знать правила построения и применения комплексов упражнений ЛФК:
- знать уровень своей физической подготовленности, улучшать его при помощи самостоятельных занятий.

**Метапредметные результаты :**

- уметь оказать первую доврачебную помощь при легких травмах (ушиб, порез, ожег), обмороживание, перегрев.
- уметь заботиться о здоровье и безопасности окружающих людей;
- иметь потребность самостоятельно и постоянно заниматься физической культурой и спортом;
- уметь самостоятельно подбирать и выполнять комплекс упражнений ЛФК;
- понимание собственной ответственности за собственное здоровье;
- освоение нетрадиционных методов укрепления здоровья.

**Учебно - тематический план**

№п/п	Дата	Тема	Всего часов	В том числе		Контроль
				Теория	Практика	
1		Физическая культура и спорт в России.	1	1	-	бег 1000м
2		Известные спортсмены.	1	1	-	
3		Гигиена, предупреждение травм.	1	1	-	
4		Распорядок дня и двигательный режим школьника.	1	1	-	
5-6		Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь на занятиях.	2	1	1	
7		Гимнастика.	1	-	1	подъём туловища из положения лёжа на спине
8-10		Строевые упражнения: построения и перестроения;	3	-	3	подтягивание на перекладине

		шеренга, колонна, размыкание; расчет по порядку, рапорт;				
11-12		Общеразвивающие упражнения с предметами. Игра «Вороны-воробьи»	2	-	2	прыжки в длину с места
13-14		Общеразвивающие упражнения без предметов. Игра «Вороны-воробьи»	2	-	2	
15-17		Лёгкая атлетика. Ходьба обычная с различными положениями рук, с изменением темпа движения.	3	-	3	челночный бег
18-20		Бег прямолинейный, равномерный, с ускорением, с изменением направления и темпа движения, с преодолением препятствий.	3	-	3	бег 30 м
21-22		Эстафеты.	2	-	2	
23		Профилактика инфекционных заболеваний	1	1	-	
24		Микромир: микробы ,грибки, вирусы.	1	1	-	
25		Способы «пассивной» защиты от болезни: мытьё рук, ношение маски, одноразовые шприцы.	1	1	-	

26		Представление об активной защите-иммунитете.	1	1	-	
27-28		Пионербол.	2	-	2	
29-30		Акробатические упражнения.	2	-	2	выполнение «пистолетов»
31-32		Группировка.	2	-	2	
33-34		Перекаты.	2	-	2	
35-36		Кувырок вперед.	2	-	2	
37-38		Кувырок назад.	2	-	2	
39-40		Стойка на лопатках.	2	-	2	
41-43		Подвижные игры.	3	-	3	
44		Знание своего тела.	1	1	-	
45-46		Части тела, их функциональное предназначение. Подвижные игры.	2	2	-	
47		Рост и развитие человека. Подвижные игры.	1	1	-	прыжки на скакалке
48-49		Общеразвивающие упражнения без предметов.	2	-	2	
50-51		Общеразвивающие упражнения с предметами.	2	-	2	
52-53		Общеразвивающие упражнения на гимнастических снарядах.	2	-	2	
54-56		Метание. Броски и ловля мяча. Подвижные игры.	3	-	3	метание мяча
57-59		Метание мяча в цель и на дальность. Подвижные игры.	3	-	3	метание мяча
60-62		Командные	3	-	3	



		соревнования « Я и другие».				
63		Здоровье и болезнь, отношение к физическим недостаткам. Подвижные игры.	1	1	-	многоскоки
64-65		« Папа, мама, я – спортивная семья»-весёлые старты.	2	-	2	
66-68		Выполнение норм ГТО - социальная составляющая.	3	-	3	выполнение зальных видов ГТО
		Итого	68	14	54	

### Содержание программы

**Легкая атлетика.** Беговые упражнения, прыжки, броски большого мяча, метание малого мяча.

**Подвижные и спортивные игры.** Салки, Гуси-лебеди, Метко в цель, Два Мороза, Запрещенное движение, Совушка, Охотники и зайцы, Кто быстрее схватит, Правильный номер, Удочка.

**Знания о физической культуре.** Что такое физическая культура. Как возникли физические упражнения. Чему обучают на уроках физической культуры. Как передвигаются животные. Как передвигается человек.

**Способы физкультурной деятельности.** Одежда для игр и прогулок. Подвижные игры. Что такое режим дня. Утренняя зарядка. Физкультминутка. Личная гигиена.

**Физическое совершенствование.** Комплексы физических упражнений для утренней зарядки. Комплексы физкультминуток. Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки.

**Гимнастика с основами акробатики.** Строевые упражнения. Акробатика. Прыжки со скакалкой и висы. Лазанье по гимнастической стенке и канату.

### Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимо:

#### **Кадровое обеспечение**

Руководитель кружка – учитель физической культуры

#### **Информационное обеспечение**

Сценарии, фотоматериалы, презентации, необходимые для проведения занятий и различных тематических мероприятий.

#### **Материально – техническое обеспечение программы**

Занятия кружка проводятся в спортивном зале.

Инструменты и приспособления:

- хорошее освещение;
- маты, спортивный инвентарь;

## Контрольно-нормативные требования

Важным звеном управления подготовкой юных спортсменов является система педагогического контроля, благодаря которой можно оценить эффективность избранной направленности тренировочного процесса, того или иного принятого решения. С помощью педагогического контроля определяются сильные и слабые стороны в подготовке юных спортсменов. Он используется для оценки эффективности средств и методов тренировки.

Один из главных вопросов в управлении тренировочным процессом – правильный выбор контрольных упражнений (тестов). Учебная программа предусматривает следующие контрольные упражнения (бег на 30, челночный бег 3x10м, прыжок в длину с места, подтягивания, наклоны туловища, сидя на полу, метание набивного мяча на дальность). Все они наиболее полно характеризуют развитие основных физических качеств.

### Материально-техническая база.

Занятия проводятся на свежем воздухе и в спортивном зале. В школе имеются спортивные площадки, яма для прыжков в длину с разбега, мячи для метания, гранаты, беговые дорожки, спортивный зал. Так же имеется методический материал с описанием основных легкоатлетических упражнений, наглядное пособие в виде картинок, журналов.

### Методическое обеспечение программы

Мячи, обручи, скакалки, мячи и гранаты для метания, скамейки, гимнастическая лестница, маты, козёл.

## Календарный учебный график

Полугодие	Месяц	Недели обучения	Даты учебных недель	1 год обучения
1 полугодие	Сентябрь	1	01-05	У, ВА
		2	06-12	У
		3	13-19	У
		4	20-26	У
		5	27-03	У
	Октябрь	6	04-10	У
		7	11-17	У
		8	18-24	У
		9	25-31	У, К
	Ноябрь	10	01-07	К
		11	08-14	У
		12	15-21	У
		13	22-28	У

	Декабрь	14	29-05	У
		15	06-12	У
		16	13-19	У
		17	20-26	У
		18	27-02	У, К
2 полугодие	Январь	19	03-09	К
		20	10-16	У
		21	17-23	У, ПА
		22	24-30	У
	Февраль	23	31-06	У
		24	07-13	У К (1 класс)
		25	14-20	У
		26	21-27	У, П
	Март	27	28-06	У
		28	07-13	У, П
		29	14-20	У
		30	21-27	У, К
	Апрель	31	28-03	К
		32	04-10	У
		33	11-17	У, ПА
		34	18-24	У
		35	25-01	У
	Май	36	02-8	У, П
		37	09-15	У, П
		38	16-22	У
39		23-29	ИА	
	Всего учебных недель			34
	Всего часов по программе			

	Дата учебного года	01.09.2021г.
	Дата окончания учебного года	25.05.2022г. (9,11 класс) 31.05.2022г. (1-8,10 кл. )

**Условные обозначения:**

У – учебная неделя

П – праздничная неделя

К - каникулы

ВА – входная аттестация

ПА – промежуточная аттестация

ИА – итоговая аттестация

**Оценочный материал**

№	НОРМАТИВЫ	МАЛЬЧИКИ		ДЕВОЧКИ			
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1.	Челночный бег 3×10 м, сек	8,6	9,5	9,9	9,1	10,0	10,4
2.	Бег 30 м, с	5,0	6,5	6,6	5,2	6,5	6,6
3.	Бег 1.000 метров, мин	5,50	6,10	6,50	6,10	6,30	6,50
4.	Прыжок в длину с места, см	185	140	130	170	140	120
5.	Прыжок в высоту способ перешагивания, см	90	85	80	80	75	70
6.	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	90	80	70	100	90	80
7.	Подтягивание на перекладине	5	3	1			
8.	Метание теннисного мяча, м	21	18	15	18	15	12
9.	Подъем туловища из положения	28	25	23	33	30	28
10.	лежа на спине (кол-во раз/мин)						
11.	Приседания (кол-во раз/мин)	44	42	40	42	40	38
12.	Многоскоки – 8 прыжков м.	15	14	13	14	13	12
13.	Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз). (м)	7	5	3	6	4	2

## Календарный план воспитательной работы

**Цель:** - формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья, посредством занятий физкультурой.

**Направление 1. Формирование и развитие физических способностей учащихся, выявление и поддержка одарённых учащихся.**

**Задачи:** - создание условий для развития физических способностей учащихся, оказание поддержки и сопровождение одаренных детей

<i>Сроки</i>	<i>Мероприятие</i>
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	
в течение года	Организация работы по реализации индивидуального образовательного маршрута по сопровождению проектной деятельности
в течение года	Участие в районных, республиканских соревнованиях(согласно положения о соревнованиях).  Участие в спартакиаде (согласно районному плану работы).
10.09.-14.10. в в течение года	Осенний кросс- 1-11 кл.(школьный и районный этапы)  ГТО - будь готов!(выполнение норм )
<b>ОКТАБРЬ</b>	
в течение месяца	Настольный теннис, мини-футбол(школьный этап).  Участие в спартакиаде (согласно районному плану работы).
в течение месяца	ВОШ по физической культуре.  Участие в спартакиаде (согласно районному плану работы).
<b>НОЯБРЬ</b>	
в течение месяца	Баскетбол - школьный и районный турнир.

	Участие в спартакиаде (согласно районному плану работы).
<b>ДЕКАБРЬ</b>	
в течение месяца	Открытие зимнего сезона «Зимние игры» -хоккей.
в течение месяца	Участие в районной олимпиаде по физической культуре. Участие в спартакиаде (согласно районному плану работы).
<b>ЯНВАРЬ</b>	
в течение месяца	Шашки, дартс. Участие в спартакиаде (согласно районному плану работы).
<b>ФЕВРАЛЬ</b>	
в течение месяца	Месячник военно-патриотической работы (согласно плану работы). Волейбол (школьный и районный туры). Игра «Зарница». Участие в спартакиаде (согласно районному плану работы).
<b>МАРТ</b>	
в течение месяца	Заккрытие зимнего сезона «Весенняя капель» (согласно плану работы). Участие в спартакиаде (согласно районному плану работы).
<b>АПРЕЛЬ</b>	
в течение месяца	Снайпер, пионербол(школьный тур). Участие в спартакиаде (согласно районному плану работы).
<b>МАЙ</b>	
в течение месяца	День Здоровья «Солнечный ветер». Участие в «Эстафете мира»- районное мероприятие, посвящённое Дню Победы – 9 Мая.
в течение	Участие в спартакиаде (согласно районному плану работы).

месяца	
--------	--

## Направление 2. Формирование гражданско-патриотического воспитания

Задача: становление и развитие высоконравственного, ответственного, инициативного и социально компетентного гражданина и патриота

<i>Сроки</i>	<i>Мероприятие</i>
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	
в течение месяца	Профилактические беседы с детьми «Правила поведения в общественных местах»
в течение месяца	Профилактические беседы в объединении о пожарной безопасности, пути эвакуации в здании.  Создание информационных стендов.
<b>ОКТАБРЬ</b>	
в течение месяца	Беседы об оказании помощи пожилым людям.
в течение месяца	Профилактические беседы с родителями
<b>НОЯБРЬ</b>	
01.11-07.11.	Беседа о Государственности Удмуртии. Презентация «Символы Удмуртии».  Беседа «История возникновения праздника Народного единства – 4 ноября».  Викторина «Символы Удмуртии и России».
	Беседа о безопасном поведении в осенние каникулы.
10.11.-17.11.	День рождения Михаила Тимофеевича Калашникова. Беседа о славном земляке. Презентация.
<b>ДЕКАБРЬ</b>	
01.12.	Акции «Дари добро!» ко Дню инвалида.
06.12.-14.12.	Интерактивные беседы ко Дню Конституции РФ по освоению знаний о символах государства, о правах и обязанностях гражданина России Викторина ко дню Конституции
20.12.-31.12.	Беседа «Новый год на Руси», символы, подарки.
15.12.-31.12.	Беседа о безопасном поведении в зимние каникулы.

	БДД в зимний период», «Осторожно, гололед!», «Светоотражающие элементы и удерживающие устройства»,
<b>ЯНВАРЬ</b>	
11.01.-18.01.	Беседа «Рождественские праздники на Руси»
<b>ФЕВРАЛЬ</b>	
февраль	Цикл бесед «Героев наших имена», посвященных Дню защитников Отчества.
<b>МАРТ</b>	
01.03.-08.03.	Беседа «Мамам посвящается!».
21.03.-25.03.	«Наши победы- нашим мамам»-викторина.
<b>АПРЕЛЬ</b>	
в течение месяца	Цикл бесед, посвященных Дню космонавтики.  «Первый полет в космос. Юрий Гагарин» Презентация.  «Женщины космонавты. В.В. Терешкова» Презентация.
в течение месяца	7 апреля – Всемирный день здоровья.
в течение месяца	Презентация «Золотые правила этикета. Поведение в общественных местах»
<b>МАЙ</b>	
04.05.	Беседа «Первомай» - как все начиналось. История возникновения праздника 1 Мая.
01.05.-09.05.	Акция «Георгиевская ленточка»  Цикл бесед, посвященные «Дню Победы», ролик,  презентация «Символы Победы»,
	15 мая – Международный день семьи (Отмечается по решению ООН с 1994 года) Беседа «Семь Я».

### **Направление 3. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы**

Задачи: укреплению физического, нравственно-психического здоровья учащихся, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.



<i>Сроки</i>	<i>Мероприятие</i>
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	
сентябрь	Беседы в объединениях по правилам дорожного движения.  Правила поведения в спортивных залах, на спортивных площадках и стадионах.
сентябрь	Правила дорожного движения «В школу по безопасной дороге».
в течение года	Физкультминутки и гимнастика для глаз.
<b>ОКТЯБРЬ</b>	
11.10-15.10.	Беседа о правильном питании.
18.10.-22.10	Познавательная игра «Мы за здоровый образ жизни»
<b>НОЯБРЬ</b>	
ноябрь	17 ноября – Международный день отказа от курения.  «Вредные привычки и их последствия».  Правила поведения при ЧС, угрозе терроризма и внешних факторах.
22.11-26.11.	Презентация «Правила безопасного поведения в квартире и на улице в отсутствие взрослых».
<b>ДЕКАБРЬ</b>	
13.12-19.12	Соблюдение правил пожарной безопасности. Правила поведения вблизи водоемов и на льду в зимний период.
20.12-31.12	Профилактическая беседа с детьми «Пиротехника и последствия шалости с пиротехникой».
<b>ЯНВАРЬ</b>	
10.01.-16.01.	Беседа о морозных днях. Презентация «Обморожение».
24.01.-30.01.	Просмотр и обсуждение видео ролика «Осторожно – СПАЙСЫ».  <a href="https://for-teacher.ru/edu/klassnomu_rukovoditelyu/doc-7mv3o88.html">https://for-teacher.ru/edu/klassnomu_rukovoditelyu/doc-7mv3o88.html</a>  <a href="https://my.mail.ru/bk/chuklinova81/video/_myvideo/3.html">https://my.mail.ru/bk/chuklinova81/video/_myvideo/3.html</a>
<b>ФЕВРАЛЬ</b>	
01.02.-05.02.	Викторина «Азбука здоровья».  «Мобильный телефон – друг или враг».
в течение	Просмотр и обсуждение видеоролика о профилактике простудных

месяца	заболеваний. <a href="https://infourok.ru/videourok-po-bezopasnosti-profilaktika-prostudnih-zabolevaniy-2500473.html">https://infourok.ru/videourok-po-bezopasnosti-profilaktika-prostudnih-zabolevaniy-2500473.html</a>
<b>МАРТ</b>	
в течение месяца	Беседа о безопасности на водоемах «Хрупкий лед».
в течение месяца	Акция "Здоровым быть модно!", игровая программа "В стране здоровья!" <a href="https://rosuchebnik.ru/material/aktsiya-zdorovym-byt-modno-igrovaya-programma-v-strane-zdorovya--6256/">https://rosuchebnik.ru/material/aktsiya-zdorovym-byt-modno-igrovaya-programma-v-strane-zdorovya--6256/</a>
<b>АПРЕЛЬ</b>	
04.04.-10.04.	Оформление стенгазеты «Здоровый образ жизни».
07.04.	Выпуск листовок: «Здоровый человек - здоровая страна».
<b>МАЙ</b>	
09.05-15.05.	Беседа. Конкурс рисунков «Витамины на столе».
16.05-22.05.	Неделя «Только здоровые привычки».

### Список литературы

- Лях Б.Н., Зданевич А.А. Методические рекомендации для учителя М. Просвещение 2003г.

- Лях Б.Н., Зданевич А.А Спортивные игры М. Просвещение 2001г.