

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей № 4  
имени кавалера ордена Красной Звезды Сергея Николаевича Малика и  
кавалера ордена Мужества Андрея Николаевича Ливеровского г.  
Славянска - на - Кубани муниципального образования Славянский район**

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
от 31 августа 2023 года протокол № 1  
директор \_\_\_\_\_ И.В.Шутенко

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности**

**по курсу «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»**

Уровень образования (класс): начальное общее образование, 3 класс

Количество часов: 34 часа

Учитель: Сметанко Ирина Анатольевна

Авторская программа, разработана в соответствии с  
Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего  
образования.

г. Славянск-на-Кубани  
2023 г.

## Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному курсу внеурочной деятельности «Здоровое поколение» для 3 классов составлена на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Федерального закона от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статьи 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64100);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 569 от 18.07.2022 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования» (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69676);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74229);
- Требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в ФГОС НОО;
- Рабочей программы воспитания МБОУ лицей №4 имени кавалера ордена Красной Звезды Сергея Николаевича Малика и кавалера ордена Мужества Андрея Николаевича Ливеровского г.Славянска-на-Кубани муниципального образования Славянский район;
- Авторской программы внеурочной деятельности П. В. Степанова «Личностноразвивающие игры».
- Приказа Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2
- Положения о рабочей программе учебных предметов, курсов, модулей, курсов внеурочной деятельности МБОУ лицей № 4 имени кавалера ордена Красной Звезды Сергея Николаевича Малика и кавалера ордена Мужества Андрея Николаевича Ливеровского г. Славянска-на-Кубани муниципального образования Славянский район.

Программа рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю в течение всего учебного года.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Программа кружка «Здоровое поколение» обладает широкими возможностями в использовании форм, средств и методов обучения.

Содержание программы курса «Здоровое поколение» призвано обогатить учащихся системой знаний о сущности и общественном значении физической культуры и её влиянии на всестороннее развитие личности. Такие знания обеспечат развитие гармоничной личности, мотивацию и способность учащихся к различным видам деятельности, повысят их общую культуру.

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению «Здоровое поколение» направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье учащихся в дальнейшем.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу «Здоровое поколение» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

Игры-поиски. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

Игры с быстрым нахождением своего места. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое).

Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

При подборе игр учитываются возрастные особенности детей школьного возраста, необходимость постепенного перехода от простых игр к более сложным, чередование активных игр и играми малой подвижности. Содержание программы состоит из двух частей: теоретической и практической.

Теоретическая часть нацелена на формирование и расширение знаний и навыков учащихся в области гигиенической культуры, режима дня школьника, овладение оздоровительными приемами; на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, посредством бесед по профилактике здорового образа жизни, минуток здоровья, интеллектуальных и познавательных конкурсов, викторин, турниров знатоков спорта.

Практическая часть включает знание правил техники безопасности при занятии физическими упражнениями, правила проведения простейших игр, эстафет, умение проявить смекалку и находчивость, быстроту и координацию; владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарем; формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, на использование их в целях досуга, отдыха.

Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье учащихся в дальнейшем.

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению «Здоровое поколение» может рассматриваться как одна из ступеней формирования культуры здоровья младших школьников в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности. Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

**Цель данной программы** – удовлетворение потребностей младших школьников в движении, стабилизирование эмоций, обучение владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества; формирование установки на ведение здорового образа жизни и обучение способам и приёмам сохранения и укрепления собственного здоровья.

**Формы организации деятельности** по программе коллективная и групповая.

**Основные виды деятельности учащегося:**

<i>Область знания</i>	<i>Виды деятельности учащихся</i>
Физическая культура	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Выявлять различие в основных способах передвижения человека. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий.
Из истории физической культуры и спорта	Пересказывать тексты по истории физической культуры и спорта. Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой деятельностью.
Физические упражнения	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Характеризовать показатели физического развития. Характеризовать показатели физической подготовки. Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенности выполнений физических упражнений.
Самостоятельные занятия	Составлять индивидуальный режим дня. Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток. Оценивать своё состояние (ощущения) после закаливающих процедур. Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки. Моделировать комплексы упражнений с учётом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости.
Самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовкой	Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями. Измерять показатели физических качеств. Измерять (пальпаторно) частоту сердечных сокращений.
Игры и развлечения	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с

	элементами соревновательной деятельности.
Физкультурно-оздоровительная деятельность	Осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий. Моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.
Движения и передвижения строем	Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений.
Подвижные игры	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
Спортивные игры	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности

### Место курса в учебном плане

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению «Здоровое поколение» для учащихся 3-х классов рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю в течение всего учебного года.

# **1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Здоровое поколение»**

**Личностные результаты отражают сформированность, в том числе в части:**

## ***1. Патриотического воспитания:***

- ценностного отношения к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию;
- понимание значения физической культуры в жизни современного общества;
- способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене;

## ***2. Гражданского воспитания и нравственного воспитания детей на основе российских традиционных ценностей:***

- представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности;
- готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

## ***3. Популяризации научных знаний среди детей (Ценности научного познания):***

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в европейской и российской культурно-педагогической традиции;
- установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

## ***4. Физического воспитания и формирования культуры здоровья:***

- осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений.

## ***5. Экологического воспитания:***

- ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности;
- готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;
- освоение и выполнение физических упражнений, оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

**Метапредметными результатами освоения курса внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению «Здоровое поколение» являются следующие умения:**

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **1. Регулятивные универсальные учебные действия**

*Выпускник научится:*

- оценивать влияние занятий физической подготовкой на состояние своего организма (снятие утомляемости, улучшение настроения, уменьшение простудных заболеваний);
- контролировать состояние организма на уроках физической культуры и в самостоятельной повседневной физической деятельности по показателям частоты пульса и самочувствия;
- предусматривать возникновение возможных ситуаций, опасных для здоровья и жизни;
- проявлять волевую саморегуляцию при планировании и выполнении намеченных планов организации своей жизнедеятельности;
- проявлять стремление к успешной образовательной, в том числе физкультурно-спортивной, деятельности;
- анализировать свои ошибки.

### **2. Познавательные универсальные учебные действия**

*Выпускник научится:*

- ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в физической культуре (в пределах изученного), применять изученную терминологию в своих устных и письменных высказываниях;
- выявлять признаки положительного влияния занятий физической культурой на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия;
- моделировать правила безопасного поведения при освоении физических упражнений;
- устанавливать связь между физическими упражнениями и их влиянием на развитие физических качеств;
- формировать умение понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей в соответствии с сенситивными периодами развития, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха;
- использовать информацию, полученную посредством наблюдений, просмотра видеоматериалов, иллюстраций, для определения вида спорта.

### **3. Коммуникативные универсальные учебные действия**

*Выпускник научится:*

- вступать в диалог, задавать собеседнику вопросы, использовать реплики-уточнения и дополнения; формулировать собственное мнение и идеи, аргументированно их излагать; выслушивать разные мнения, учитывать их в диалоге;
- описывать влияние физической культуры на здоровье и эмоциональное благополучие человека;
- строить гипотезы о возможных отрицательных последствиях нарушения правил при выполнении физических движений, играх и игровых заданиях, спортивных эстафетах;

– организовывать (при содействии взрослого или самостоятельно) игры, спортивные эстафеты, выполнение физических упражнений в коллективе, включая обсуждение цели общей деятельности, распределение ролей, выполнение функциональных обязанностей, осуществление действий для достижения успешного результата;

– проявлять интерес к работе товарищей; в доброжелательной форме комментировать и оценивать их достижения, высказывать свои предложения и пожелания; оказывать при необходимости помощь;

– продуктивно сотрудничать (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач выполнения физических упражнений, игровых заданий и игр на уроках, во внеурочной физкультурной деятельности.

**Предметными результатами освоения курса внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению «Здоровое поколение» являются следующие умения:**

– формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

– овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Выпускник получит **возможность научиться:**

– использовать основные гимнастические упражнения для формирования и укрепления здоровья, физического развития и физического совершенствования, повышения физической и умственной работоспособности, в том числе для подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

– демонстрировать комплексы гимнастических упражнений и упражнений акробатики с элементами подводящих упражнений с использованием гимнастических предметов (мяч, скакалка) и без их использования;

– выполнять прыжки с толчком одной ногой, обеими ногами с прямыми и согнутыми коленями, прямо и с полуповоротом, с места и с разбега; прыжки и подскоки через вращающуюся скакалку;

– выполнять специальные физические упражнения, входящие в программу начальной подготовки по виду спорта (по выбору).

## **2. Содержание учебного материала курса внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению «Здоровое поколение»**

Содержание учебного материала строится в соответствии со следующими этапами:

№ п/п	Этап	Содержание
1.	«Введение. Формирование системы	<b>Введение.</b> Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с программой занятий кружка «Здоровое поколение». Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр.



	<p>элементарных знаний о ЗОЖ. Основы знаний о подвижных играх» (2 часа)</p>	<p>Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил. Значение ЗОЖ. «Закаливание и его значение для организма», «Значение правильного дыхания для здоровья». Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: что такое режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом. <b>Практическая работа:</b> «Мой режим дня» <b>Беседы по профилактике здорового образа жизни:</b> «Значение занятий физической культурой и спортом для сохранения здоровья». Причины утомляемости и переутомляемости школьника. Как с ними бороться? <b>Минутки здоровья:</b> «Режим дня – основа жизни человека», «Глаза – окно в прекрасный мир чудес».</p>
2.	<p>«Подвижные игры без мячей» (8 часов)</p>	<p>Беседа по технике безопасности и профилактики травматизма. Знакомство с правилами подвижных игр. Беседы «Твой организм». «Комплекс ГТО в школе». <b>Беседы по технике безопасности и профилактики травматизма.</b> «Здоровым быть – себя любить», «Как я буду заботиться о своем здоровье», «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!», «Твой организм», «Умей правильно дышать», «Влияние компьютера, сотового телефона и телевизора на здоровье человека», Предупреждение кожных заболеваний. Правила мытья рук и ног», «Личная гигиена. Основные правила личной гигиены». <b>Минутки здоровья:</b> «Избыточная масса тела, как причина заболеваний», «Подвижные игры во время перемен», «Значение мышц, тренировка мышц», «Здоровье – главная ценность человеческой жизни», «Двигательный режим школьника», «Ухо – пропуск в мир звуков», «Привычки, отрицательно влияющие на формирование осанки школьника», «Заболевания, передающиеся от домашних животных», «Значение профилактических прививок», «Дыхательно-звуковая гимнастика», «Гигиена в быту», «Витамины и мы».</p>
3.	<p>«Эстафеты» (3 часа)</p>	<p><b>Беседы по профилактике здорового образа жизни:</b> «Умей правильно дышать», «Влияние компьютера, сотового телефона и телевизора на здоровье человека». <b>Минутки здоровья:</b> «Дыхательно-звуковая гимнастика», «Значение профилактических прививок» <b>Подвижные игры</b> «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга». Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий. День здоровья «Сильные, смелые, ловкие, умелые!»</p>
4.	<p>«Спортивные и подвижные игры с мячами» (16 часов)</p>	<p><b>Беседы по профилактике здорового образа жизни:</b> «Осанка то важно». «Что нужно делать для улучшения осанки?» «Понятие о микробах, пути заражения». «Береги зрение». Травма: как ее избежать. «Правила бережного отношения к зрению». «Буду правильно дышать и здоровье</p>

		<p>улучшать» «Правила закаливания». «Вода и питьевой режим». «Формирование правильной осанки у школьников», «Пища и питательные вещества».</p> <p><b>Минутки здоровья:</b> «Смех продлевает жизнь», «Осанка – основа красивой походки», «Зелёная аптечка», «Как снять усталость рук, ног», «Гигиена тела», «Роль лекарств и витаминов», «Водные процедуры». «Друзья Мойдодыра», «Что для глаз полезно, а что вредно?», «Правильное питание», «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!», «О пользе витаминов, и для чего они нужны человеку?», «Красивая осанка», «Поговорим о режиме дня», «Соблюдай режим дня».</p> <p><b>Подвижные игры</b> «Бег по кочкам», «Охотники и утки», «Сумей догнать», «Братишка спаси», «Перестрелка» «Лиса и цыплята», «Игра «Бомбардировка», «Перестрелка»</p> <p>Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями.</p> <p>Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.</p> <p>Эстафеты с мячами.</p> <p>Соревнования «А ну-ка, девочки!».</p>
5.	«Спортивные мероприятия» (5 часов)	<p><b>Беседы по профилактике здорового образа жизни:</b> «Самоконтроль», «Культура здорового образа жизни», «Травма: как ее избежать», «Как сохранить осанку», «Помоги своему позвоночнику!»</p> <p><b>Минутки здоровья:</b> «Физкультурная азбука», «Роль лекарств и витаминов», «Здоровье Планеты – наше здоровье».</p> <p><b>Подвижные игры:</b> «Бомбардировка», «Перестрелка». «Спорт укрепляет здоровье».</p> <p>Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.</p> <p>Соревнования «А ну-ка, мальчики!», «Пионербол»</p>

### 3. Тематическое планирование

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов	Цифровые электронные ресурсы
<b>3 класс</b>			
1.	Введение. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Основы знаний о подвижных играх	<b>2</b>	<a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
2.	Подвижные игры без мячей	<b>8</b>	<a href="http://www.it-n.ru/">http://www.it-n.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
3.	Эстафеты	<b>3</b>	<a href="http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov_sportivnye_prazdniki/287">http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287</a>
4.	Спортивные и подвижные игры с мячами	<b>16</b>	<a href="http://www.uroki.net/">http://www.uroki.net/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
5.	Спортивные мероприятия	<b>5</b>	<a href="http://doshkolnik.ru/sport-trenirovki/15139-olimpiyskie-igry-sportivnyiy-prazdnik-dlya-deteiy-i-roditeley.html">http://doshkolnik.ru/sport-trenirovki/15139-olimpiyskie-igry-sportivnyiy-prazdnik-dlya-deteiy-i-roditeley.html</a>
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	

#### **4. Формы проведения занятий:**

- лекционно-образовательные занятия;
- беседы, тематические беседы, конкурсы, викторины по спорту; викторины на тему ЗОЖ; турниры знатоков спорта;
- практические и самостоятельные работы;
- просмотры презентаций и видеофильмов соревнований;
- ежедневные зарядки;
- веселые старты, эстафеты; игры на свежем воздухе и в спортивном зале;
- спортивные соревнования и праздники;
- конкурсы рисунков и плакатов на тему ЗОЖ;
- контрольные игры.

СОГЛАСОВАНО:

Протокол № 1 заседания методического  
совета МБОУ лицей № 4  
от «29» августа 2023 года  
\_\_\_\_\_ Куликов Р.В.

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ А.В. Лукаш  
«30» августа 2023 года