Ростовская область Мартыновский район хутор Кривой Лиман

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение – средняя общеобразовательная школа №22

 «Утверждаю»

 Директор МБОУ- СОШ №22

 Приказ от .2014г. №

 Директор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Редько Г.А./

 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Спортивного кружка «Уроки здоровья».

Уровень общего образования: начальное общее образование 1 класс

Количество часов 64

Учитель Хван Р.Б.

Программа разработана на основе:

Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273 –ФЗ от 29.12.2012, Устава школы,

Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования /Москва «Просвещение» 2011 год;

3.. Авторскаяпрограмма составлена на основе программы курса «Организация внеурочной деятельности обучающихся начальной школы.»(авт.Сухаревская Е.Ю.)

Примерной основной образовательной программы образовательного учреждения. Начальные классы. / Москва «Просвещение» 2010год

Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ- СОШ №22 х.Кривой Лиман

Изменения и дополнения, внесённые в рабочую программу в течение учебного года.

|  |  |
| --- | --- |
| Основание (дата и номер приказа) | Дата |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Спортивно – оздоровительное направление**

 **Кружок «Уроки Здоровья»**

**I.Пояснительная записка**

1. Данная рабочая программа кружка«Уроки здоровья» разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273 –ФЗ от 29.12.2012, Уставом школы, с основной образовательной программой начального общего образования.
2. Для разработки учебной программы были использованы следующие материалы:
3. \1.Примерные программы начального общего образования. Ч.1. – М.: Просвещение, 2010 (Стандарты второго поколения).
4. 2.Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ СОШ №22 х. Кривой Лиман.

3.. Авторскаяпрограмма составлена на основе программы курса «Организация внеурочной деятельности обучающихся начальной школы.»(авт.Сухаревская Е.Ю.)

**Цель программы:** содействие всестороннему развитию личности учащихся посредством формирования у них физической культуры, слагаемыми которой являются сохранение и укрепление здоровья, пропаганды и приобщение к здоровому образу жизни, оптимальный уровень двигательных способностей.

**Задачи программы:**

- формирование жизненно важных двигательных навыков и умений, умения контролировать своё поведение;

- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию;

- развитие активности, настойчивости, решительности, творческой инициативы, общей выносливости, силы и гибкости, овладение школой движений;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время игры, стремления к совершенству;

- Содействие развитию психических процессов (памяти, внимания, мышления) в ходе двигательной деятельности

 **II Раздел. Общая характеристика программы кружка «Уроки здоровья»**

Кружок “Уроки здоровья” входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительноеразвитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В кружок Здоровейка” вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также 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.

**Формирование универсальных учебных действий:**

**Личностные УУД:**

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

3) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

4) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

5) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

**Регулятивные УУД:**

1)принимать и сохранять поставленную задачу;

2)планировать(в сотрудничестве с учителем и одноклассниками или самостоятельно) необходимые действия, операции, действовать по плану;

3) адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления;

**Познавательные УУД:**

1)осознавать поставленную задачу;

2)понимать информацию, устанавливать причинно-следственные связи, делать обобщения, выводы;

**Коммуникативные УУД:**

1)вступать в диалог с учителем, одноклассниками, участвовать в общей беседе, соблюдая правила этикета;

2)Задавать вопросы, слушать и отвечать на вопросы других, формулировать собственные мысли, высказывать и обосновывать свою точку зрения;

3)осуществлять совместную деятельность в командах с учётом конкретных учебно-познавательных задач

**Ценностные ориентиры:**

 Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

 Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе. Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма е более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

 Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

 Программа представлена четырьмя блоками: народные игры, игры на развитие психических процессов, подвижные игры, спортивные игры

 **III Раздел.Место учебного предмета в учебном плане**

Программа кружка «Уроки здоровья»в 1 классе рассчитана на 2часа в неделю. На основании годового календарного учебного графика школы на 2014 – 2015 уч. г., учебного плана школы и Устава школы количество учебных часов в данном учебном году –64часов.

 **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;

– активное использование спортивной площадки

– 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;

 **Формы занятий:**

* беседы
* игры
* элементы занимательности и состязательности
* викторины
* конкурсы
* праздники
* часы здоровья

 **Алгоритм работы с подвижными играми.**

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

**Требования ФГОС. Планируемые результаты.**

Дети должны знать:

-О способах и особенностях движения и передвижений человека;

-О системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простей шего контроля за деятельностью этих систем;

-об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;

-о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

**Уметь:**

-выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

-заботиться о своём здоровье;

-применять коммуникативные навыки;

-отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;

-отвечать за свои поступки;

-находить выход из стрессовых ситуаций

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | дата |  Тема | Характеристика деятельности учащихся или виды учебной деятельности | Планируемые результаты | Оборуд. |
| план | факт |
| 1 | 1.09 |  | Мир движений..«Игра белок», «Разведчики», «Щенок» | формирование о мире движений, их роли в сохранении здоровья. | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | кубики, мелки, обручи, скакалки |
| 2 | 2.09 |  | Красивая осанка..«Хвостики». «Паровоз» | формирование правильной осанки и развитие навыков бега  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | гимнастические палки, ленточки. Скакалки |
| 3 | 8.09 |  | Учись быстроте и ловкости.«Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный» | развитие ловкости; воспитание чувства ритма  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | скакалки, мелки, шапочка, шарф. Варежки, лыжи. лыжные палки. |
| 4 | 9.09 |  | Сила нужна каждому.«Кто сильнее?», «Салки со стопами, «Удочка с прыжками»  | развитие силы и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мешочки, скакалка, коврики |
| 5 | 15.09 |  | Ловкий. Гибкий.«Снип –Снап», «Быстрая тройка» | развитие гибкости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | гимнастические палки, скакалки |
| 6 | 16.09 |  | Весёлая скакалка.«Медведь спит, «Весёлая скакалка» | развитие ловкости и внимания  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | кубики, скакалки |
| 7 | 22.09 |  | Сила нужна каждому.«Очистить свой сад от камней», | развитие выносливости и силы | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мешочки, мячи |
| 8 | 23.09 |  | Развитие быстроты.«Командные салки», «Сокол и голуби» | развитие быстроты | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мячи, скакалки |
| 9 | 29.09 |  | Кто быстрее?«Найди нужный цвет», «Разведчики» | развитие скоростных качеств, выносливости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мешочки, маленькие мячи, кубики, коврики |
| 10 | 30.09 |  | Скакалочка- выручалочка.«Удочка с приседанием», | развитие силы | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | скакалки, коврики |
| 11 | 6.10 |  | Ловкая и коварная гимнастическая палка.«Ноги выше от земли», «Выбегай из круга» | развитие быстроты и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | гимнастические палки, маленькие мячи, обручи, фишки, волейбольный мяч |
| 12 | 7.10 |  | Команда быстроногих «Гуси – лебеди».«Лиса и куры», | развитие силы и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | обручи, гимнастические палки, скакалки |
| 13 | 13.10 |  | Выбираем бег.«Кто быстрее?», «Сумей догнать» | развитие скоростных качеств, ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мяч, фишки, флажки |
| 14 | 14.10 |  | Метко в цель.«Метко в цель», «Салки с большими мячами» | развитие меткости и координации движений | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | кегли, малые мячи, большие мячи |
| 15 | 20.10 |  | Путешествие по островам.«Назови имя», «Бездомный заяц», Лягушки в болоте» | развитие меткости и координации движений  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мячи, обручи, канат, баскетбольная корзина |
| 16 | 21.10 |  | Развиваем точность движений.«Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель». «Воробушки и кот» | развитие глазомера и точности движений  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | гимнастические палки, мяч |
| 17 | 27.10 |  | Горка зовёт.«Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик» | развитие физических качеств выносливости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | ледянки |
| 18 | 10.11 |  | Зимнее солнышко.«Веер», «Паровозик | развитие выносливости и ловкости Быстрый спуск»,  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | ледянки |
| 19 | 11.11 |  | Зимнее солнышко.«Кто быстрее приготовиться »  | развитие выносливости и ловкости  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | ледянки |
| 20 | 17.11 |  | Штурм высоты.«Штурм высоты» | развитие выносливости и быстроты  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | флажки |
| 21 | 18.11 |  | Снежные фигуры.«Салки» | развитие выносливости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | флажки |
| 22 | 24.11 |  | Закрепление. Игры на свежем воздухе.«Поезд», «Салки» и др. по выбору учащихся | развитие выносливости и ловкости  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры |  |
| 23 | 25.11 |  | Мы строим крепость «Мороз – Красный нос» Игры по желанию учащихся | развитие физических качеств выносливости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | лопатки, санки |
| 24 | 1.12 |  | Мы строим крепость.Игры по желанию учащихся | развитие физических качеств выносливости и ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | лопатки, санки |
| 25 | 2.12 |  | Игры на снегу.Горелки». «Игры по желанию учащихся | развитие выносливости и скоростных качеств  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | флажки |
| 26 | 8.12 |  | Удивительная пальчиковая гимнастика.«Метание в цель», «Попади в мяч»  | развитие ловкости и быстроты  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | теннисные мячики, 2 волейбольных мяча |
| 27 | 9.12 |  | Развитие скоростных качеств.«Быстро в строй», командные «колдунчики» | развитие скоростных качеств и меткости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мячи |
| 28 | 15.12 |  | Развитие выносливости."Бездомный заяц», «Лошадки» | развитие выносливости, быстроты и реакции | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мяч, гимнастическая палка |
| 29 | 16.12 |  | Развитие реакции.Пустое место», «Часовые и разведчики» | развитие быстроты, скорости, реакции | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | мешочки с песком |
| 30 | 22.12 |  | «Удочка».«Не урони мяч» | развитие быстроты и выносливости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | булавы, мяч, фишки |
| 31 | 23.12 |  | Прыжок за прыжком.Прыжок за прыжком» | развитие быстроты, ловкости, выносливости  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | флажки, эстафетная палочка |
| 32 | 29.12 |  | Мир движений и здоровья. "Хвостики","Падающая палка", | развитие скоростных качеств , ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры | ленточка, гимнастическая палка. мячи |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 33 | 30.12 |  |  «Третий лишний» игра | развитие скоростных качеств , ловкости | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,знать разученные игры,самостоятельно играть в разученные игры |
| 34 | 12.01 |  | Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы. | Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 35 | 13.01 |  | Упражнение «Боксёры».Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта». | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 36 | 19.01 |  | Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу.Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 37 | 20.01 |  | Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками.Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». | Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 38 | 26.01 |  | Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры. | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 39 | 27.01 |  | Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик».Соревнования по подвижным играм. | Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 40 | 2.02 |  | Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки».Самостоятельные игры. | Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 41 | 3.02 |  | Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам».Эстафета с прыжками с ноги на ногу.Самостоятельные игры. | Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 42 | 9.02 |  | Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие.Перетягивание каната. | Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 43 | 10.02 |  | Эстафета с переноской предметов.Разучивание игр «Перетягивание каната»«Не намочи ног». | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 44 | 24.02 |  | Разучивание игры «Береги предмет»«Кто первый через обруч к флажку?» | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 45 | 2.03 |  | Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки».Самостоятельные игры. | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 46 | 3.03 |  | «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши».Игры по выбору. | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 47 | 10.03 |  | Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее»Весёлые старты. | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.Весёлые старты.Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 48 | 16.03 |  | Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка»Эстафета с мячами, скакалками. | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 49 | 17.03 |  |  «Трамвай», «Найди себе пару».Игры по выбору. | ТБ на уроках .Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге.. Игры.  | Знать технику безопасности , правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 50 | 30.03 |  |  «Попади в цель».Игры по выбору. |  | Знать технику безопасности , правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 51 | 31.03 |  |  «Быстрые упряжки», «Игры по выбору. | Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход.. Игры. | Знать технику безопасности к, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 52 | 6.04 |  |  «Поменяй флажки», «Через препятствия»Самостоятельные игры. | Изменение скорости передвижения скользящим шагом и попеременным двушажным ходом. | Знать технику безопасности , правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 53 | 7.04 |  | Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки»Самостоятельные игры. | Попеременный двушажный ход.Игры. | Знать технику безопасности , правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 54 | 13.04 |  | Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето»Игры по выбору. | . Игры. | Знать технику безопасности , правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 55 | 14.04 |  | Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, построение крепости. | Эстафета . Игры. | Знать технику безопасности , правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 56 | 20.04 |  | Ходьба парами, тройками.Игры по выбору: снежки. | Эстафета . Игры. | Знать технику безопасности , правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 57 | 21.04 |  | Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен»Самостоятельные игры. | Эстафета . Игры. | Уметь выполнять бег в среднем темпе, самостоятельно играть в разученные игры. |
| 58 | 27.04 |  | «Метко в цель», «Конники спортсмены».. | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафеты. | Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол. |
| 59 | 28.04 |  | «Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. | Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол. |
| 60 | 5.05 |  | «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде».  | Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. | Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол. |
| 61 | 12.05 |  | « Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину | Соревнования.Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. | Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол. |
| 62 | 18.05 |  | «Попади в последнего», «Дальше и выше»,  | Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. | Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол. |
| 63 | 19.05 |  | «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка.  | Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. | Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол. |
| 64 | 25.05 |  | Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву».  | Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. | Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол. |

###### **5.Материально-техническое обеспечение:**

Спортивный зал;

Маты;

Гимнастические скамейки;

Мячи, обручи, кегли, прыгалки;

.

Методические разработки праздников

Электронные презентации «Вредные и полезные привычки»

 «Фрукты и овощи на твоём столе»

 «Режим дня школьника»

1.Карасёв Т.В. Современные аспекты реализации здоровье сберегающих технологии.

2.Спортивные игры (Под редакцией Ю.И. Портных)

3.Коротков И. М. Подвижные игры во дворе.

**IX. Раздел. Результаты освоения спортивного кружка «Уроки здоровья»**

 В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

**Личностные результаты.**

 *У учеников будут сформированы:*

* установка на безопасный, здоровый образ жизни;
* потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
* этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа

 уважительное отношение к культуре других народов.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
* осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

**Познавательные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* проводить сравнение и классификацию объектов;
* понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
* проявлять индивидуальные творческие способности.

**Коммуникативные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
* обращаться за помощью;
* формулировать свои затруднения;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;
* адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Предметные результаты:**

* формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

Согласовано: Согласовано:

Протокол заседания Заместитель директора по УВР

Методического совета

МБОУ – СОШ №22 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Булько С. Е./

От \_\_\_\_\_\_ 2014 года № \_\_\_\_

Руководитель МС

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Зинкевич Е. В./ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2014 года