

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Администрация Петродворцового района Санкт-Петербурга

ГБОУ гимназия №426 Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНА

на заседании

Педагогического совета

ГБОУ гимназии №426

Санкт-Петербурга

*Евсеш* Н.А. Евсеенкова

Протокол №1 от 30.08.2023

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по

УВР

*Е.А. Перевозкина*

Протокол №1 от 30.08.2023

УТВЕРЖДЕНА

Директор ГБОУ гимназии

№426 Санкт-Петербурга

*Е.А. Стогова*

Приказ №135 от 30.08.2023



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Путешествие по тропе здоровья: подвижные игры»

для 3 класса начального общего образования

Смирновой Татьяны Владимировны

Санкт-Петербург

2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.  
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 18:37 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Путешествие по тропе здоровья: подвижные игры» для обучающихся 3 классов на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее — ФГОС НОО), а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в Примерной программе воспитания.

Программа обеспечивает содержательное наполнение направления внеурочной деятельности «Занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в физическом развитии и творческом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов» (вариативная часть модели плана внеурочной деятельности «Преобладание учебно-познавательной деятельности»).

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ТРОПЕ ЗДОРОВЬЯ: ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Программа внеурочной деятельности «Занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в физическом развитии и творческом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов» направлена на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в физическом развитии и творческом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов, на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, опирается на традиции и возможности ГБОУ гимназии № 426 Санкт-Петербурга, учитывает запросы и пожелания родителей.

Для решения задач по физическому воспитанию школьников необходим комплекс различных средств воздействия, сопровождающийся высоким эмоциональным фоном. К числу таких средств относятся подвижные игры. Подвижные игры направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий, выработку умений выполнять правила общественного порядка. Нет такого качества личности, развить которое нельзя было бы с помощью народной игры.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает также комплексное воздействие на совершенствование двигательных способностей. В младшем школьном возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование, прежде всего, естественных движений, элементарных игровых умений, технико-тактических взаимодействий, необходимых при дальнейшем овладении спортивными играми в старших классах.

Знакомство с разнообразными играми позволит воспитать у учащихся интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать игры и проводить их с друзьями в свободное время. Игра – важный инструмент жизненной активности ребенка. Движение – это жизнь. Природа дала ребенку врожденное стремление к движению, снабдив ценнейшим чувством – чувством «мышечной радости», которую он испытывает двигаясь. Эмоциональный подъем во время игры создает у детей повышенный тонус всего организма. В целях наиболее эффективного выявления и использования ресурсов детского организма широко применяются подвижные игры и эстафеты.

Особое внимание на занятиях уделяется формированию *универсальных компетенций*, таких как:

- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение использовать полученную информацию в общении со взрослыми людьми и сверстниками;
- умение помогать товарищам по игре и самому принимать помощь;
- умение применять полученные знания в повседневной жизни

Программа курса реализует следующие *принципы*:

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.  
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 18:37 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастно-половые и индивидуальные особенности детей, материально-техническую оснащенность учебного процесса, климатические условия, национальные традиции;
- принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач, на развитие самостоятельности, инициативности и креативности школьников;
- принцип доступности и индивидуальности, основанный на подборе средств в соответствии с возможностями занимающихся, а также на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития индивидуальных способностей;
- принцип последовательности: содержание каждого из разделов программы излагается в логике от общего (функционального) к частному (профилированному) и от частного к конкретному (прикладному), что задает определенную направленность в освоении школьниками учебного предмета, обеспечивает перевод осваиваемых знаний в практические навыки и умения;
- принцип соблюдения межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся на основе материала по здоровому образу жизни и подвижным играм, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов.

Важное место в программе занимает работа над мини-проектами: «Моя любимая игра», «Утренняя зарядка для класса».

Основной формой работы на занятии является игра.

Все занятия с первоклассниками являются практическими. Теоретические знания даются в процессе практической работы. При условии хорошей погоды занятия ведутся на улице.

Общее число часов, отведённых на изучение курса внеурочной деятельности «Путешествие по тропе здоровья: подвижные игры» во 3 классе — 34 ч.

## **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ТРОПЕ ЗДОРОВЬЯ: ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

*Цель курса:* повышение интереса к детским подвижным играм как одной из форм двигательной активности ребенка через решение трех групп взаимосвязанных задач.

*Задачи:*

### 1. Оздоровительная задача

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры и подвижных игр для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), их позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.
- Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры).
- Формирование навыка систематического наблюдения за физическим состоянием, соблюдение правил личной гигиены, норм здорового образа жизни, режима дня.

### 2. Образовательная задача

- Создание «школы движений», включающей формирование и совершенствование жизненно важных умений и навыков, умение владеть своим телом.
- Развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей.
- Приобретение знаний по истории развития подвижных игр, знаний в области здорового образа жизни, необходимых для самостоятельных занятий физическими упражнениями, сознательного использования их в повседневной жизни.
- Формирование у обучающихся универсальных компетенций.

- Знакомство чрез игру с историей России.

### 3. Воспитательная задача

- Формирование у школьников устойчивого интереса к физической культуре, к культуре своей страны, осознанной потребности в каждодневных занятиях физическими упражнениями и спортом;

- Содействие гармоничному развитию личности школьника, включая воспитание духовных, эстетических и волевых личностных качеств.

- Формирование мотивации успеха и достижений, самореализации на основе организации занятий физической культурой и спортом.

- Воспитание личности младшего школьника. Воспитание организованности, дисциплинированности, чувства ответственности за порученное дело, уважения терпимости друг к другу, воли к победе.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

---

Содержание программы расширяет содержание предметной области «Физическая культура». Содержание данной программы предназначено для учащихся основной и подготовительной медицинских групп и подразделяется на четыре раздела: «Русские народные игры», «Подвижные игры», «Эстафеты», «Тропа здоровья».

**«Русские народные игры».** Включает материал, посвященный истории русских подвижных игр. Русские подвижные игры являются неотъемлемой частью художественного и физического воспитания детей. У школьников формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре своего народа, создается эмоциональная основа для развития патриотических чувств.

Цель: Провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

**«Подвижные игры».** Знакомит с различными играми, включающие элементы спортивных игр, элементы легкой атлетики и гимнастики, несет в себе большой эмоциональный заряд, способствующий более полноценному отдыху.

Цель: Совершенствовать координацию движений, развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

Раздел. **«Эстафеты».** Содержит учебный материал, направленный на освоение основных жизненно важных умений и навыков, способствует развитию основных физических качеств.

Цель: Познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакции, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувство коллективизма и ответственности.

**«Тропа здоровья».** Знакомит учеников с возможными движениями человека. Формирует устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни.

Цель: Через практические навыки, умения познакомить учащихся со своим организмом, то есть с самим собой. Развивать знания в области сохранения организма здоровым, начиная с детства.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

---

Изучение курса в 3 классе направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

### ЛИЧНОСТНЫЕ

**У обучающегося будут сформированы**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.  
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор**

**01.09.23** 18:37 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

- положительное отношение к занятиям физической культуры;
- понимание нравственных норм поведения.

**Учащиеся получают возможность для формирования:**

- познавательной мотивации к истории подвижных игр, к традициям русского народа;
- понимания значения физической культуры для укрепления здоровья человека;
- мотивации к здоровому образу жизни с раннего детства.

**ПРЕДМЕТНЫЕ**

**Учащиеся научатся:**

- выполнять правила поведения на занятиях;
- рассказывать об истории возникновения подвижных игр;
- понимать значение физических упражнений, игр для здоровья человека;
- называть и объяснять правила подвижных игр;
- рассказывать о режиме дня первоклассника, о личной гигиене, о правильной осанке;
- называть основные физические качества человека;
- определять подвижные, спортивные игры, эстафеты;
- соблюдать слагаемые здорового образа жизни: режим дня; гигиена тела, питание, занятия физической культурой;
- играть в подвижные игры;
- выполнять элементы спортивных игр.

**Учащиеся получают возможность научиться:**

- рассказывать о влиянии физических упражнений на организм человека;
- определять причины, которые приводят к плохой осанке;
- рассказывать об истории проявления гимнастики, лыжных гонок, легкой атлетики;
- различать подвижные и спортивные игры;
- самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- выполнять упражнения для формирования правильной осанки;
- играть в подвижные игры во время прогулок.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ**

**Регулятивные**

**Учащиеся научатся:**

- определять последовательность выполнения действий (под руководством учителя);
- следовать при выполнении физических упражнений инструкциям учителя;
- вносить коррективы в свою работу.

**Учащиеся получают возможность научиться:**

- понимать цель выполняемых действий;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания;
- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие физических качеств;
- использовать национальные игры во время прогулок.

**Познавательные**

**Учащиеся научатся:**

- различать понятия «физическая культура» и «физические упражнения»;
- определять влияние физических упражнений на здоровье человека.

**Учащиеся получают возможность научиться:**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.  
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 18:37 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий. Используя справочные материалы учебника;

- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать народные игры по национальной принадлежности;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

### Коммуникативные

#### Учащиеся научатся:

- отвечать на вопросы и задавать вопросы;
- выслушивать друг друга;
- слушать об истории возникновения физической культуры, о режиме дня первоклассника, о личной гигиене, о правильной осанке.

#### Учащиеся получают возможность научиться:

- рассказывать о влиянии физических упражнений на организм человека;
  - высказывать собственное мнение о значении физической культуры для здоровья человека;
  - договариваться и приходить к общему решению, работая в паре и в группе.
-

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | Дата изучения | Виды деятельности   | Виды, формы контроля         |
|-------|---------------------------------------|------------------|---------------|---|------------------------------|
|       |                                       | всего            |               |   |                              |
| 1.    | Русские подвижные игры                | 8                |               | Изучить правила поведения на занятиях по подвижным играм. Определять влияние физической культуры, в частности подвижных игр, на сохранение и укрепление здоровья, физическое развитие.<br>Изучить правила русских народных игр: знакомство с историей русских игр, с содержанием и правилами народной игры, отработка умения играть в подвижную игру, умение научить других, объяснить правила игры.<br>Активно участвовать в подвижной игре.<br>Соотносить игру с развитием определенных физических качеств. | Входная диагностика, текущий |
| 2.    | Подвижные игры                        | 9                |               | Познакомиться с разделом «Подвижные игры». Изучить правила новых игр. Участвовать в беседе.<br>Участвовать в подвижных играх.<br>Соблюдать правила игры.<br>Выполнять беговые упражнения на внимание.<br>Соотносить упражнения с развитием определенных физических качеств.<br>Действовать в команде.   | Текущий                      |
| 3.    | Эстафеты                              | 7                |               | Повторить правила техники безопасности. Познакомиться с эстафетами. Изучить правила эстафет.<br>Участвовать в эстафетах.<br>Соблюдать правила, удерживать задачу, выявлять причины успешного и неуспешного выполнения заданий.<br>Вступать в диалог, общаться и взаимодействовать во время игровой деятельности.<br>Выполнять упражнения.<br>Соотносить физические упражнения с развитием определенных физических и нравственных качеств.   | Текущий                      |
| 4.    | Тропа здоровья                        | 10               |               | Работать с информацией о строении тела человека.<br>Устанавливать взаимосвязь между физическими упражнениями и работой организма человека.<br>Участвовать в подвижных играх. Согласовывать действия   | Текущий, итоговый            |

документ подписан электронной подписью

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.  
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 18:37 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

|  |                                     |    |  |   |  |
|--|-------------------------------------|----|--|---|--|
|  |                                     |    |  | Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений. Соотносить упражнения с развитием определенных физических качеств. |  |
|  | Общее количество часов по программе | 34 |  |   |  |

---

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.  
КОСТЫЛЕВА**, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 18:37 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC



## КАЛЕНДАРНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п/п | Тема занятия  | Количество часов всего | Дата изучения |      | Виды, формы контроля |
|-------|---|------------------------|---------------|------|----------------------|
|       |   |                        | План          | Факт |                      |
| 1.    | Правила поведения на занятиях по подвижным играм. Русская народная игра «Гуси-лебеди». Развитие координационных способностей. | 1                      |               |      | Входная диагностика  |
| 2.    | Русская народная игра «У медведя во бору». Развитие скоростных способностей, внимания.  | 1                      |               |      | Текущий              |
| 3.    | Русская народная игра «Филин и пташки». Развитие гибкости. Воспитание бережного отношения к природе.                          | 1                      |               |      | Текущий              |
| 4.    | Русская народная игра «Палочка-выручалочка». Развитие скоростных способностей.  | 1                      |               |      | Текущий              |
| 5.    | Русская народная игра «Блуждающий мяч». Развитие быстроты реакции.  | 1                      |               |      | Текущий              |
| 6.    | Русская народная игра «Классики». Развитие координационных способностей. Воспитание внимания.                                 | 1                      |               |      | Текущий              |
| 7.    | Русская народная игра «Ловишки в кругу». Развитие двигательных способностей. Воспитание нравственности, честности.            | 1                      |               |      | Текущий              |
| 8.    | Русская народная игра «Пчелки и ласточки». Развитие гибкости. Воспитание любви к России, к животному миру.                    | 1                      |               |      | Текущий              |
| 9.    | Подвижные игры. Подвижная игра «К своим флажкам». Развитие скоростных способностей. Воспитание силы воли.                     | 1                      |               |      | Текущий              |
| 10.   | Подвижная игра «Кот идёт». Развитие ловкости. Воспитание любви к своей стране, любви к ближним.                               | 1                      |               |      | Текущий              |
| 11.   | Подвижная игра «Северный и южный ветер». Развитие выносливости.   | 1                      |               |      | Текущий              |
| 12.   | Подвижная игра «Соревнования скороходов». Развитие выносливости и любознательности. Воспитание силы воли.                     | 1                      |               |      | Текущий              |
| 13.   | Подвижная игра «Колдунчики». Развитие гибкости. Воспитание красивой осанки.   | 1                      |               |      | Текущий              |
| 14.   | Подвижная игра «Аисты». Развитие ловкости. Воспитание уважения друг к другу.  | 1                      |               |      | Текущий              |
| 15.   | Подвижная игра «Пчёлы и медвежата». Развитие ловкости.  | 1                      |               |      | Текущий              |
| 16.   | Подвижная игра «Хитрая лиса». Развитие скоростных способностей. Воспитание честности.   | 1                      |               |      | Текущий              |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.  
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 18:37 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

|                                     |   |    |  |  |          |
|-------------------------------------|---|----|--|--|----------|
| 17.                                 | Подвижная игра «Ловишки с приседаниями». Развитие внимательности. Воспитание воли к победе.   | 1  |  |  | Текущий  |
| 18.                                 | Эстафета «Переправа с досками». Развитие координации. Воспитание уважения друг к другу.   | 1  |  |  | Текущий  |
| 19.                                 | Эстафета «Туннель». Развитие быстроты. Воспитание красивой осанки.  | 1  |  |  | Текущий  |
| 20.                                 | Эстафета «Собери урожай». Развитие выносливости. Воспитание выдержки, терпения.   | 1  |  |  | Текущий  |
| 21.                                 | Эстафета «На погрузке арбузов». Развитие скоростных способностей. Воспитание умения работать в коллективе.                            | 1  |  |  | Текущий  |
| 22.                                 | Эстафета «Принеси мяч». Развитие гибкости. Воспитание чувства коллективизма.  | 1  |  |  | Текущий  |
| 23.                                 | Эстафета «Успей перебежать». Развитие скоростных способностей. Воспитания сознательного отношения к выполнению физических упражнений. | 1  |  |  | Текущий  |
| 24.                                 | Тропа здоровья. Организм человека и его функции. Подвижные игры. Развитие ловкости.   | 1  |  |  | Текущий  |
| 25.                                 | Тропа здоровья. Органы пищеварения. Эстафеты с мячом. Воспитание силы воли.   | 1  |  |  | Текущий  |
| 26.                                 | Тропа здоровья. Органы дыхания. Подвижные игры.   | 1  |  |  | Текущий  |
| 27.                                 | Тропа здоровья. Нервная система. Русские народные игры. Формирование навыков ЗОЖ.   | 1  |  |  | Текущий  |
| 28.                                 | Тропа здоровья. Зубы и уход за ними. Русские народные игры. Формирование навыков ЗОЖ.   | 1  |  |  | Текущий  |
| 29.                                 | Тропа здоровья. Опора тела и движение, скелет и осанка. Развитие гибкости. Упражнения для укрепления осанки.                          | 1  |  |  | Текущий  |
| 30.                                 | Тропа здоровья. Органы кровообращения. Сердце. Развитие координационных способностей. Привитие навыков ЗОЖ.                           | 1  |  |  | Текущий  |
| 31.                                 | Тропа здоровья. Органы чувств. Развитие скоростных способностей. Воспитание красивой осанки.  | 1  |  |  | Текущий  |
| 32.                                 | Тропа здоровья. Мышцы и их значение. Развитие координационных способностей. Воспитание по потребности в ЗОЖ.                          | 1  |  |  | Текущий  |
| 33.                                 | Тропа здоровья. Развитие выносливости. Подвижные игры с бегом и прыжками.   | 1  |  |  | Текущий  |
| 34.                                 | Итоговое занятие. Воспитание потребности в ЗОЖ. Проект «Комплекс упражнений для утренней гимнастики»                                  | 1  |  |  | Итоговый |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |   | 34 |  |  |          |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.  
КОСТЫЛЕВА**, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 18:37 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC