

ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

Орлята  
РОССИИ

УЧИМСЯ, РАСТЁМ, МЕЧТАЕМ ВМЕСТЕ!



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



ОРЛЁНОК



РОСДЕТЦЕНТР

Первые





# ТРЕК «ОРЛЁНОК – СПОРТСМЕН»



## ЦЕЛЬ

Воспитание ценностного отношения к здоровому образу жизни и привитие интереса к физической культуре

## ЦЕННОСТИ



Здоровый образ жизни

## СИМВОЛ ТРЕКА



## ЧЕК-ЛИСТ СПОРТСМЕНА

## СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ТРЕКА

2 февраля – 26 февраля – для 2, 3, 4 классов

## СРОКИ СДАЧИ ОТЧЁТОВ

26 февраля – 1 марта – для 2, 3, 4 классов

4

КЛАСС



Со спортом дружить –  
Здоровым быть!

**УЧИМСЯ, РАСТЁМ, МЕЧТАЕМ ВМЕСТЕ!**



# ТРЕК «ОРЛЁНОК-СПОРТСМЕН»



## ЛОГИКА ПОСТРОЕНИЯ ТРЕКА



Погружение в тематику трека. Участие детей в коллективных творческих делах от педагога



**3 и 4 этапы КТД** – погружение в тему добровольчества, практическая реализация добрых дел



Встречи с интересными людьми по тематике трека и подведение итогов



**1 и 2 этапы КТД** – выработка идей по реализации добрых дел, планирование, распределение поручений. Мотивация на создание и реализацию собственного коллективного творческого дела



**5 и 6 этапы КТД** – проведение дела, подведение итогов и работа на последствие



# 4

КЛАСС



# 1

## «ФЕСТИВАЛЬ ЗДОРОВЬЯ»

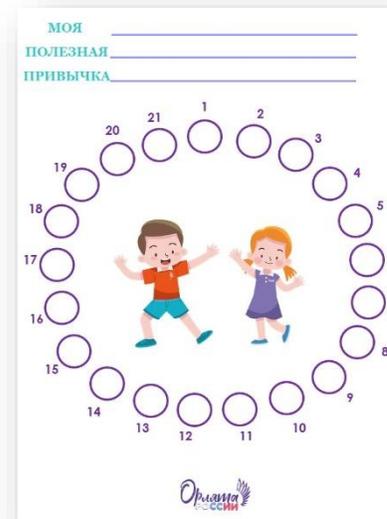


### СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ

Обращаемся к  
предыдущему  
опыту участия в  
треке, ставим  
цели **1**

Заполняем  
карточку «Бинго  
ЗОЖ» -  
индивидуально **2**

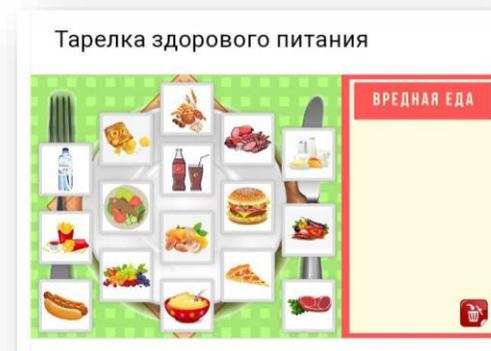
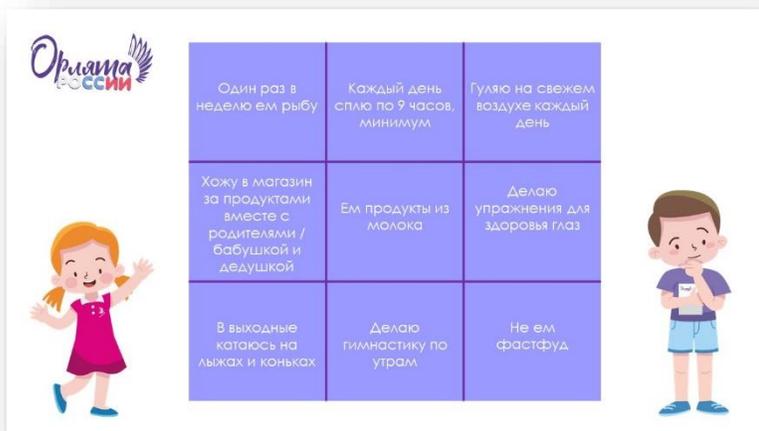
Обсуждаем, из чего  
складывается  
здоровый образ  
жизни **3**



Индивидуальный  
трекер полезных  
привычек **6**

Онлайн-игра  
«Тарелка  
здорового  
питания» **4**

В микрогруппах  
создаём  
собственную  
«Тарелку  
здорового питания» **5**



4

КЛАСС



1

# «ФЕСТИВАЛЬ ЗДОРОВЬЯ»



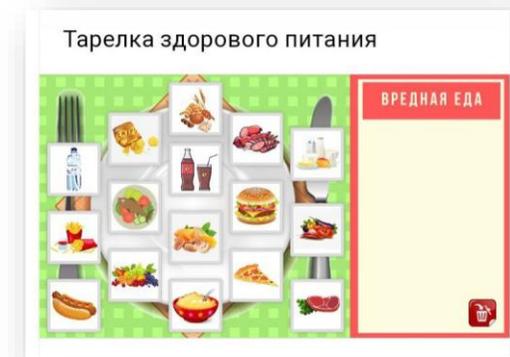
❗ Спасибо, что попробовали Н5Р. Чтобы начать работу с Н5Р, прочтите наше [руководство по началу работы](#).

Перетащите все вредные продукты в поле для сброса

Начать игру

повторное использование <> Встроить Н-Р

Впервые в Н5Р? Прочтите [РУКОВОДСТВО ПО](#)



# 4

КЛАСС



# 2

## «КРЕПОК ТЕЛОМ, БОГАТ ДЕЛОМ»



Совместная  
выработка  
идеи КТД

### СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ

В микрогруппах  
решаем филворд –  
находим разные  
виды спорта

1

Смотрим  
мультфильм «Кто  
получит приз?»,  
обсуждаем

2

Н	О	Л	Т	А	И	С	А	М	Б
М	Б	А	Д	М	Б	Ш	А	Х	О
А	Т	П	А	И	В	О	Л	М	А
В	К	Т	Л	Н	Б	Й	Е	С	Т
В	А	Л	П	Т	О	Л	К	А	Ы
А	Х	О	К	О	Н	У	А	К	Л
Н	Г	Б	К	Е	Т	А	Р	И	Т
И	О	Й	Е	Г	И	М	Н	А	С
Е	Р	О	Д	К	И	Е	О	Л	Я
Г	Б	А	С	К	Е	Т	Б	В	Д



Ключи:

1. Бадминтон
2. Лапта
3. Волейбол
4. Шахматы
5. Хоккей
6. Баскетбол
7. Городки
8. Биатлон
9. Плавание
10. Карате
11. Гимнастика
12. Самбо

Представляем себя  
спортивными  
журналистами, в  
микрогруппах  
готовим репортаж  
по мультфильму

3



Формулируем идею  
коллективного  
творческого дела  
на трек – создание  
подкастов

4



Может быть другая идея для КТД

4

КЛАСС



3

# «СТО ЗАТЕЙ ДЛЯ ВСЕХ ДРУЗЕЙ»

Совместное планирование и распределение поручений

Рисуем афиши к подкастам

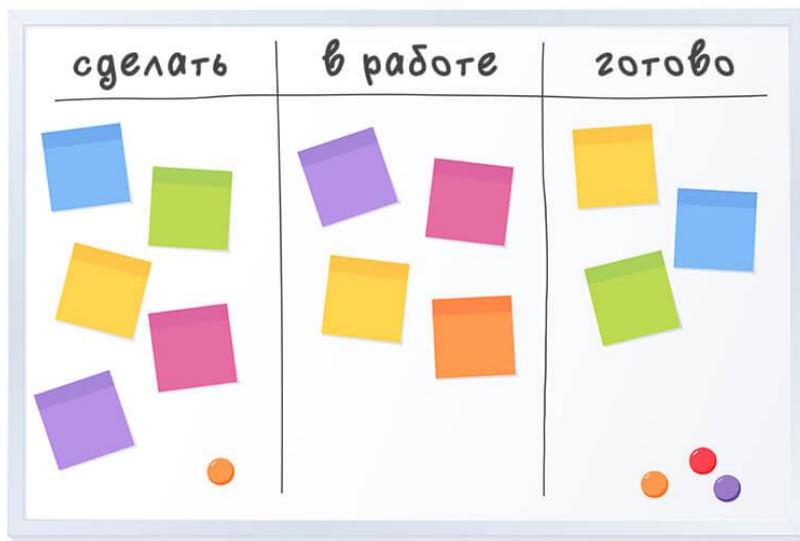
1

Распределяем поручения для проведения КТД

2

Знакомимся со способом планирования «Канбан»

3



4

КЛАСС



4

# «И СМЕКАЛКА НУЖНА, И ЗАКАЛКА ВАЖНА»



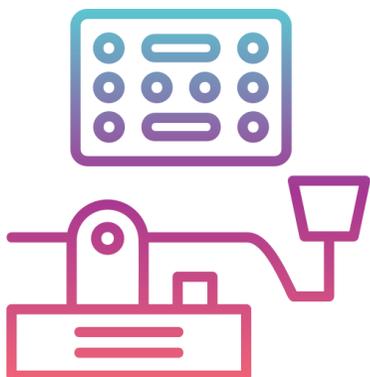
Совместная  
подготовка  
поручений

СОДЕРЖАНИЕ  
ЗАНЯТИЯ

1  
Тренируем  
смекалку –  
разгадываем  
шифры – получаем  
название занятия

2  
Обращаемся к  
составляющему  
ЗОЖ – здоровое  
отношение к себе

3  
Работаем в  
микрогруппах по  
выполнению  
поручений



4

КЛАСС



5

## КТД «КНИГА РЕКОРДОВ»

Проведение  
дела



СОДЕРЖАНИЕ  
ЗАНЯТИЯ

Настраиваемся  
на проведение  
дела



Демонстрируем  
друг другу  
результаты своей  
работы –  
подкасты и  
афиши к ним

Обсуждаем  
поднятые в  
подкастах  
темы



Постарайтесь сделать  
во время проведения  
дела как можно больше  
фото и видео



4

КЛАСС



6

# «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»



Подведение  
итогов, работа на  
последствие

СОДЕРЖАНИЕ  
ЗАНЯТИЯ

Подводим итоги  
реализованного дела



Применяем  
форму «Мишень»  
для подведения  
итогов дела



Пробуем представить себя  
в роли организаторов  
следующего события



Занятие необходимо  
проводить на  
следующий день после  
реализации дела



4

КЛАСС



7

8

# ВСТРЕЧА СО СПОРТСМЕНАМИ «МЫ ГОРДИМСЯ»



СОДЕРЖАНИЕ  
ЗАНИЯ



# 4

КЛАСС



# 9

## «КЛАДОВАЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»



### СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЯ

МОЯ Иванова Даша

ПОЛЕЗНАЯ Делать утреннюю гимнастику

ПРИВЫЧКА каждое утро

Олимпиада РОССИИ

Обращаемся к трекеру полезных привычек – смотрим, удалось ли выработать привычку

На основе выводов после дебатов формируем памятку здорового образа жизни

Подводим итоги трека, обратившись к форме «дебаты»

Ставим новые спортивные цели на среднее звено школы (например, войти в состав сборной команды по волейболу)



# ПРИМЕРНЫЙ график реализации трека «Орлёнок-Спортсмен» в 4 классе



ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
29 января	30 января	31 января	1 февраля	2 февраля	3 февраля	4 февраля
	<b>Установочный вебинар к треку «Орлёнок-Спортсмен»</b>			1-ая встреча со старшекласниками-наставниками для обсуждения их участия в треке и отдельно их участие на 1-м занятии		
5 февраля	6 февраля	7 февраля	8 февраля	9 февраля	10 февраля	11 февраля
1 занятие трека «Орлёнок-Спортсмен» – КТД «Фестиваль здоровья»	2-ая встреча со старшекласниками-наставниками для знакомства с методом КТД, их ролью на занятиях 2-6	2 занятие трека «Орлёнок-Спортсмен» – «Крепок телом, богат делом»		3 занятие трека «Орлёнок-Спортсмен» – «Сто затей для всех друзей»		
12 февраля	13 февраля	14 февраля	15 февраля	16 февраля	17 февраля	18 февраля
4 занятие трека «Орлёнок-Спортсмен» - «И смекалка нужна, и закалка важна»		5 занятие трека «Орлёнок-Спортсмен» - КТД «Книга рекордов»	6 занятие трека «Орлёнок-Спортсмен» – «Азбука здоровья»	3-я встреча со старшекласниками-наставниками обсуждения их роли на занятиях 7, 8, 9		
19 февраля	20 февраля	21 февраля	22 февраля	23 февраля	24 февраля	25 февраля
7-8 занятия трека «Орлёнок-Спортсмен» – Встреча со спортсменами «Мы гордимся»	7-8 занятия трека «Орлёнок-Спортсмен» – Встреча со спортсменами «Мы гордимся»					
26 февраля	27 февраля	28 февраля	29 февраля	1 марта	2 марта	3 марта
9 занятие трека «Орлёнок-Спортсмен» – «Кладовая здорового образа жизни»  <b>Окончание трека «Орлёнок-Спортсмен»</b>	<b>Установочный вебинар к треку «Орлёнок-Эколог»</b>					
<b>Сдача отчётов по треку «Орлёнок-Спортсмен»</b>						



Методические  
материалы программы



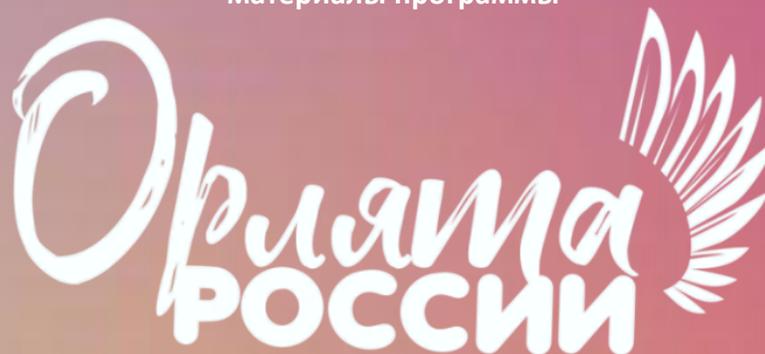
Орлята России.  
Учителя



Орлята России.  
Родители



Орлята России.  
Наставники



УЧИМСЯ, РАСТЁМ, МЕЧТАЕМ ВМЕСТЕ!

Сайт [orlyatarussia.ru](http://orlyatarussia.ru)

Отдел обеспечения реализации программы «Орлята России»

ВДЦ «Орлёнок» 8 (86167) 91 – 386, 8 (86167) 91 – 387 [or@orlyonok.ru](mailto:or@orlyonok.ru)

Специалисты Российского детско-юношеского центра 8 (495) 122 21 26 (доб. 32202) [orlyatarf@rosdetcentr.ru](mailto:orlyatarf@rosdetcentr.ru)



САЙТ



ВКонтакте



Telegram