

**Пояснительная записка**

Программа внеурочной деятельности «Будь здоров» разработана на основе Федерального государ­ственного образовательного стандарта начального общего обра­зования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, на основе про­граммы, под редакцией В.Н. Шаулина «Физическая культура» (1-4 класс), и реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности во 2,3 классах.

**Общая характеристика учебного предмета**

Программа внеурочной деятельности «Будь здоров» по спортивно-оздоровительному направлению предусматривает обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

**Актуальность программы:**

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Будь здоров!» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребёнка. Включает в себя, как теоретическую – изучение полезных и вредных привычек, так и практическую части – организация подвижных игр.

Путей и программ, направленных на первичную профилактику злоупотребления курением и наркотическими веществами, предложено много. Очень важно, чтобы профилактика асоциальных явлений взяла своё начало в начальных классах.

Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формирование установок на ведение здорового образа жизни.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В программу включено знакомство с различными подвижными играми. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

Подвижные игры имеют и оздоровительное значение. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Будь здоров» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта и ООП начального общего образования.

**Цель**

формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;

развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;

обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

**Задачи:**

* формировать представления о: факторах, оказывающих влияние на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
* формировать навыки конструктивного общения;
* формировать потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

**Основные требования** к программе:

* связь содержания программы кружка с изучением программного материала;
* использование занимательности;
* решение нестандартных, олимпиадных задач;
* учет желаний учащихся;
* наличие необходимой литературы у учителя.

**Принципы программы:**

* **Включение учащихся в активную деятельность.**
* **Доступность и наглядность.**
* **Связь теории с практикой.**
* **Учёт возрастных особенностей.**
* **Сочетание индивидуальных и коллективных форм деятельности.**
* **Целенаправленность и последовательность деятельности (от простого к сложному).**

**Ценностными ориентирами** содержания данного курса являются:

– формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;

– формирование интеллектуальных умений, связанных с выбором стратегии решения, анализом ситуации, сопоставлением данных;

– развитие познавательной активности и самостоятельности учащихся;

– формирование способностей наблюдать, сравнивать, обобщать, находить простейшие закономерности, использовать догадку, строить и проверять простейшие гипотезы;

– формирование пространственных представлений и пространственного воображения;

– привлечение учащихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

**Особенности** программы в том, чтозанятия проводятся в учебном кабинете, закрепленном за классом. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

**Описание места курса в учебном плане**

Программа внеурочной деятельности по физкультурно- оздоровительному направлению «Будь здоров» предназначен для обучающихся 1-4 классов, с учётом реализации её учителями начальных классов, занимающихся вопросами обучения и воспитания детей в возрасте от 6,5 до 11 лет. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на 1 год. В 1 классе – 33 часа, во 2 – 4 классах – 34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 35 минут.

Занятия осуществляются во второй половине дня в учебном кабинете, закрепленном за классом, приветствуется проведение занятий в специально оборудованном учебном кабинете. Курс может вести как классный руководитель, так и любой другой учитель начальных классов.

**Основные виды деятельности учащихся:**  
-игры;  
-беседы;  
-экскурсии;

-конкурсы рисунков;  
-самостоятельная работа;  
-работа в парах, в группах;

-просмотр тематических видеофильмов;

-творческие работы.

**Планируемые результаты**

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

* личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
* метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
* предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

**Личностными результатами программы является формирование следующих умений:**

* Определять и высказыватьпод руководством учителя самые простые и общие длявсех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
* В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, ***делать выбор,*** при поддержке других

участников группы и педагога, как поступить.

**Метапредметные УУД**

Регулятивные УУД:

* + **Определять** и **формулировать** цель деятельности на уроке с помощью учителя.
  + **Проговаривать** последовательность действий на уроке.

Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.

* + - Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
    - Учиться совместно с учителем и другими учениками ***давать*** эмоциональную ***оценку*** деятельности класса на уроке.
    - Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

* + - * Делать предварительный отбор источников информации: ***ориентироваться*** в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
      * Добывать новые знания: ***находить ответы*** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
      * Перерабатывать полученную информацию: ***делать*** выводы в результате совместной работы всего класса.
      * Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
      * Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные УУД:

* + - Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
    - ***Слушать*** и ***понимать*** речь других.
    - Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
    - Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
    - Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
    - Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

**Оздоровительные результаты программы:**

* осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
* социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявления

**Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности**

* + ходе реализация программы «Здоровейка» обучающиеся должны **знать**:
* основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
* особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
* особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
* основы рационального питания;
* правила оказания первой помощи;
* способы сохранения и укрепление здоровья;
* основы развития познавательной сферы;
* свои права и права других людей;
* соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
* влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
* значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
* знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

**уметь:**

* составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
* выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
* различать “полезные” и “вредные” продукты;
* использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;
* определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
* заботиться о своем здоровье;
* находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
* применять коммуникативные и презентационные навыки;
* использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
* оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
* находить выход из стрессовых ситуаций;
* принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
* адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
* отвечать за свои поступки;
* отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

**Содержание программы:**

***Раздел 1 Введение «Вот мы и в школе».***

Определение понятия «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы, укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма.

***Раздел 2. Питание и здоровье***

Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Знания об основных витаминах в продуктах питании; о необходимости разнообразно питаться; о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах, о пользе прогулок после еды, о режиме питания, о режиме употребления жидкости, о целебных источниках и минеральной воде.

***Раздел 3. Моё здоровье в моих руках***

Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата, направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений.

***Раздел 4. Я в школе и дома***

Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона, направлено на формирование

здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам.

***Раздел 5. Чтоб забыть про докторов***

Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым".

***Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение***

Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; моё настроение, ориентировано на формирование позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию.

***Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей»***

Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Всего** | **Теория** | **Прак-**  **тика** |
| **Введение «Вот мы и в школе» 4 часа** | | | | |
| 1 | «Здоровый образ жизни, что это?» | 1 | 1 |  |
| 2 | Личная гигиена | 1 | 1 |  |
| 3 | В гостях у Мойдодыра | 1 |  | 1 |
| 4 | Остров здоровья» | 1 |  | 1 |
| **Питание и здоровье 5 часов** | | | | |
| 5 | Как и чем мы питаемся | 1 | 1 |  |
| 6 | Правильное питание –залог физического и психологического здоровья | 1 | 1 |  |
| 7 | Вредные микробы | 1 | 1 |  |
| 8 | Что такое здоровая пища и как её приготовить | 1 |  | 1 |
| 9 | «Чудесный сундучок» | 1 |  | 1 |
| **Моё здоровье в моих руках 7 часов** | | | | |
| 10 | Труд и здоровье | 1 | 1 |  |
| 11 | Наш мозг и его волшебные действия | 1 | 1 |  |
| 12 | День здоровья «Хочу остаться здоровым» | 1 |  | 1 |
| 13 | «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья» | 1 |  | 1 |
| 14 | “Как сохранять и укреплять свое здоровье”. | 1 | 1 |  |
| 15 | «Природа – источник здоровья» | 1 |  | 1 |
| 16 | «Моё здоровье в моих руках» | 1 |  | 1 |
| **Я в школе и дома 6 часов** | | | | |
| 17 | Мой внешний вид – залог здоровья | 1 | 1 |  |
| 18 | «Доброречие» | 1 |  | 1 |
| 19 | С. Преображнский «Капризка» | 1 | 1 |  |
| 20 | «Бесценный дар- зрение». | 1 | 1 |  |
| 21 | Гигиена правильной осанки | 1 |  | 1 |
| 22 | Викторина «Спасатели, вперед!» | 1 | 1 |  |
| **Чтоб забыть про докторов 4 часа** | | | | |
| 23 | Шарль Перро «Красная шапочка» | 1 | 1 |  |
| 24 | Движение - это жизнь | 1 |  | 1 |
| 25 | День здоровья «Дальше, быстрее, выше» | 1 |  | 1 |
| 26 | «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности | 1 | 1 |  |
| **Я и моё ближайшее окружение** | | | | |
| 27 | Мир моих увлечений | 1 | 1 |  |
| 28 | Вредные привычки и их профилактика | 1 |  | 1 |
| 29 | Добро лучше, чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке» | 1 |  | 1 |
| 30 | В мире интересного. | 1 | 1 |  |
| **«Вот и стали мы на год взрослей» 4 часа** | | | | |
| 31 | Я и опасность. | 1 | 1 |  |
| 32 | Лесная аптека на службе человека | 1 |  | 1 |
| 33 | Игра «Не зная броду, не суйся в воду» | 1 |  | 1 |
| 34 | Чему мы научились и чего достигли | 1 | 1 |  |
|  | **Итого:** | **34** | **18** | **16** |

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Для реализации программы «Будь здоров» необходима материально-техническая база:

***1. Учебные пособия:***

* натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы,): овощи, фрукты, солнце, вода, аптечка, строение глаза, виды грибы, зубные щетки, и др.;
* изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы): картины русских художников; плакаты о здоровье, профилактике инфекционных заболеваний и др.;
* измерительные приборы: весы, часы и их модели.

1. ***Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций:*** компьютер,

мультимедийный проектор, DVD, и др.

Подобная связь содержания программы внеурочной деятельности с учебной деятельностью обеспечивает единство учебной и внеучебной деятельности, что позволит сформировать у обучающихся не только мотивацию на ведение здорового образа, а будет способствовать формированию знаний о социальной, психологической и соматической составляющей здоровье и уверенности в необходимости заботы о собственном здоровья.

**Учебно-тематический план**

***1 класс***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  | В том числе | | |  |
| № |  | Наименование разделов и | | Всего, | Лекции |  | Выездны | Практи | |
| п/п |  | дисциплин | | час. |  |  | занятия, |  | ческие |
|  |  |  |  |  |  |  | стажиров | занятия | |
|  |  |  |  |  |  |  | и, деловы |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | игры |  |  |
| I | ***Введение «Вот мы и в школе».*** | | | 4 | 1 |  | 1 |  | 2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 | Дорога к доброму здоровью | | | 1 |  |  |  |  | 1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.2 | Здоровье в порядке - спасибо | | | 1 |  |  |  |  | 1 |
|  | зарядке | | |  |  |  |  |  |  |
| 1.3 | В гостях у Мойдодыра | | | 1 | 1 |  |  |  |  |
|  | Кукольный спектакль | | |  |  |  |  |  |  |
|  | К. Чуковский «Мойдодыр» | | |  |  |  |  |  |  |
| 1.4 | Праздник чистоты «К нам приехал | | | 1 |  |  | 1 |  |  |
|  | Мойдодыр» | | |  |  |  |  |  |  |
| II | ***Питание и здоровье*** | | | 5 | 3 |  |  |  | 2 |
| 2.1 | Витаминная тарелка на каждый | | | 1 | 1 |  |  |  |  |
|  | день. Конкурс рисунков | | |  |  |  |  |  |  |
|  | «Витамины наши друзья и | | |  |  |  |  |  |  |
|  | помощники» | | |  |  |  |  |  |  |
| 2.2 | Культура питания | | | 1 |  |  |  |  | 1 |
|  | Приглашаем к чаю | | |  |  |  |  |  |  |
| 2.3 | Ю.Тувим «Овощи» (кукольный | | | 1 | 1 |  |  |  |  |
|  | театр умеем ли мы правильно | | |  |  |  |  |  |  |
|  | питаться) | | |  |  |  |  |  |  |
| 2.4 | Как и чем мы питаемся | | |  | 1 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.5 | Красный, жёлтый, зелёный | | | 1 |  |  |  |  | 1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| III | ***Моё здоровье в моих руках*** | | | 7 | 3 |  |  |  | 4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.1 | Соблюдаем мы режим, быть | | | 1 | 1 |  |  |  |  |
|  | здоровыми хотим | | |  |  |  |  |  |  |
| 3.2 | Полезные и вредные продукты. | | | 1 | 1 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.3 | Кукольный театр Стихотворение | | | 1 | 1 |  |  |  |  |
|  | «Ручеёк» | | |  |  |  |  |  |  |
| 3.4 | Экскурсия «Сезонные изменения и | | | 1 |  |  |  |  | 1 |
|  | как их принимает человек» | | |  |  |  |  |  |  |
| 3.5 | Как обезопасить свою жизнь | | | 1 |  |  |  |  | 1 |
|  |  | | |  |  |  |  |  |  |
| 3.6 | День здоровья | | | 1 |  |  |  |  | 1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | «Мы болезнь победим быть | |  |  |  |  |  |  |
|  | здоровыми хотим» | | |  |  |  |  |  |  |
| 3.7 |  | В здоровом теле здоровый дух | | 1 |  |  |  |  | 1 |
|  |  | | |  |  |  |  |  |  |
| IV | ***Я в школе и дома*** | | | 6 | 3 |  |  |  | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.1 | |  | Мой внешний вид –залог здоровья | | |  | 1 | |  |  | 1 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.2 | |  | Зрение – это сила | | |  | 1 | |  |  | 1 |  |  |  |  |  |
| 4.3 | |  | Осанка – это красиво | | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.4 | |  | Весёлые переменки | | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 |  |
| 4.5 | |  | Здоровье и домашние задания | | |  | 1 | |  |  | 1 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.6 | |  | Мы весёлые ребята, быть | | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 | Игра- |
|  |  |  | здоровыми хотим , все болезни | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | викторина |
|  |  |  | победим | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | V |  | ***Чтоб забыть про докторов*** | | |  | 4 | |  |  | 1 |  |  |  | 3 |  |
| 5.1 | |  | “Хочу остаться здоровым”. | | |  | 1 | |  |  | 1 |  |  |  |  |  |
| 5.2 | |  | Вкусные и полезные вкусности | | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 |  |
|  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.3 | |  | День здоровья | | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | «Как хорошо здоровым быть» | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.4 | |  | «Как сохранять и укреплять свое | | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 | круглый |
|  |  |  | здоровье» | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | стол |
|  | VI |  | ***Я и моё ближайшее окружение*** | | |  | 3 | |  |  | 2 |  |  |  | 1 |  |
| 6.1 | |  | Моё настроение. Передай улыбку | | |  | 1 | |  |  | 1 |  |  |  |  | День |
|  |  |  | по кругу. Выставка рисунков | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | вежливости |
|  |  |  | «Моё настроение» | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.2 | |  | Вредные и полезные привычки | | |  | 1 | |  |  | 1 |  |  |  |  |  |
| 6.3 | |  | “Я б в спасатели пошел” | | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 | Ролевая |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | игра |
|  | VII |  | ***«Вот и стали мы на год*** | | |  | 4 | |  |  | 2 |  |  |  | 2 |  |
|  |  |  | ***взрослей»*** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7.1 | |  | Опасности летом (просмотр видео | | |  | 1 | |  |  | 1 |  |  |  |  |  |
|  |  |  | фильма) | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7.2 | |  | Первая доврачебная помощь | | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 |  |
| 7.3 | |  | Вредные и полезные растения. | | |  | 1 | |  |  | 1 |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Кукольный театр: Русская | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | народная сказка «Репка» | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7.4 | |  | Чему мы научились за год. | | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 | Диагности |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ка |
|  |  |  | Итого: | | |  | 33 | |  |  | 15 |  | 1 |  | 17 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | **Учебно-тематический план** | | | | | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | ***2 класс*** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | В том числе | | | |  |  |  |  |  |
|  | № |  |  | Наименование разделов и | |  | Всего, | |  |  | выездн | | практи- | |  | Форма |  |
|  | п/п |  |  | дисциплин | |  | час. | | лекции | | ые | | ческие | |  | контроля |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | занятия, | | занятия | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | стажиро | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | вки, | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | деловые | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | игры | |  |  |  |  |  |
|  | I |  |  | ***Введение «Вот мы и в школе».*** | |  | 4 |  | 1 |  |  |  | 2 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1.1 |  |  | Что мы знаем о ЗОЖ | |  | 1 |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |
|  | 1.2 |  |  | По стране Здоровейке | |  | 1 |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |
|  | 1.3 |  |  | В гостях у Мойдодыра | |  | 1 |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1.4 |  |  | Я хозяин своего здоровья | |  | 1 |  |  |  |  |  | 1 |  |  | КВН |  |
|  | II |  |  | ***Питание и здоровье*** | |  | 5 |  | 3 |  |  |  | 2 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2.1 |  |  | Правильное питание – залог | |  | 1 |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | здоровья Меню из трех блюд на | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | всю жизнь. | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2.2 |  |  | Культура питания. Этикет. | |  | 1 |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2.3 |  |  | Спектакль «Я выбираю кашу» | |  | 1 |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2.4 |  |  | «Что даёт нам море» | |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2.5 |  |  | Светофор здорового питания | |  | 1 |  |  |  |  |  | 1 |  |  | викторина |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | III |  |  | ***Моё здоровье в моих руках*** | |  | 7 |  | 4 |  |  |  | 3 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 3.1 |  |  | Сон и его значение для здоровья | |  | 1 |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | человека | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 3.2 |  |  | Закаливание в домашних | |  | 1 |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | условиях | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 3.3 |  |  | День здоровья | |  | 1 |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | «Будьте здоровы» | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 3.4 |  |  | Иммунитет | |  | 1 |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.5 | Беседа “Как сохранять и | | | 1 |  |  | 1 |  |
|  | укреплять свое здоровье”. | | |  |  |  |  |  |
| 3.6 | Спорт в жизни ребёнка. | | | 1 | 1 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.7 | Слагаемые здоровья | | | 1 |  |  | 1 | Круглый |
|  |  |  |  |  |  |  |  | стол |
| IV | ***Я в школе и дома*** | | | 6 | 3 |  | 3 |  |
| 4.1 | Я и мои одноклассники | | | 1 | 1 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.2 | Почему устают глаза? | | | 1 | 1 |  |  |  |
| 4.3 | Гигиена позвоночника. Сколиоз | | | 1 |  |  | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.4 | Шалости и травмы | | | 1 |  |  | 1 |  |
| 4.5 | «Я сажусь за уроки» | | | 1 | 1 |  |  |  |
|  | Переутомление и утомление | | |  |  |  |  |  |
| 4.6 | Умники и умницы | | | 1 |  |  | 1 | КВН |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| V | ***Чтоб забыть про докторов*** | | | 4 | 1 |  | 3 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.1 | С. Преображенский | | | 1 | 1 |  |  |  |
|  | «Огородники» | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.2 | Как защитить себя от | | | 1 |  |  | 1 | Круглый |
|  | болезни.(Выставка рисунков) | | |  |  |  |  | стол |
| 5.3 | День здоровья | | | 1 |  |  | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | «Самый здоровый класс» | |  |  |  |  |  |
| 5.4 | «Разговор о правильном | | | 1 |  |  | 1 | Участие в |
|  | питании» Вкусные и полезные | | |  |  |  |  | городском |
|  | вкусности | | |  |  |  |  | конкурсе |
| VI | ***Я и моё ближайшее окружение*** | | | 4 | 2 |  | 2 |  |
| 6.1 | Мир эмоций и чувств. | | | 1 | 1 |  |  |  |
| 6.2 | Вредные привычки | | | 1 | 1 |  |  |  |
| 6.3 |  | «Веснянка» | | 1 |  |  | 1 |  |
| 6.4 | В мире интересного | | | 1 |  |  | 1 | Научно- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | практичес- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | кая |
|  |  |  |  |  |  |  |  | конферен- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ция |
| VII | ***«Вот и стали мы на год*** | | | 4 | 2 |  | 2 |  |
|  | ***взрослей»*** | | |  |  |  |  |  |
| 7.1 | Я и опасность. | | | 1 | 1 |  |  |  |
| 7.2 | Чем и как можно отравиться. | | | 1 |  |  | 1 |  |
|  | Кукольный спектакль | | |  |  |  |  |  |
|  | А.Колобова «Красивые грибы» | | |  |  |  |  |  |
| 7.3 | Первая помощь при отравлении | | | 1 | 1 |  |  |  |
| 7.4 | Наши успехи и достижения | | | 1 |  |  | 1 | Диагности- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ка |
|  | Итого: | | | 34 | 16 |  | 18 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | **Учебно-тематический план** | | | | | | | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **3 класс** | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | В том числе | | | | |  |  |  |  |  |
|  | № |  | Наименование разделов и |  | Всего | | лекции | | |  | выезд- | | практи- | |  | Форма |  |
|  | п/п |  | дисциплин |  | час. | |  |  |  |  | ные | | ческие | |  | контроля |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | занятия, | | занятия | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | стажиро | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | вки, | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | деловые | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | игры | |  |  |  |  |  |
|  | I |  | ***Введение «Вот мы и в школе».*** |  | 4 | |  | 1 | |  |  |  | 2 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
|  | 1.1 |  | «Здоровый образ жизни, что это?» |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
|  | 1.2 |  | Личная гигиена |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1.3 |  | В гостях у Мойдодыра |  | 1 | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
|  | 1.4 |  | «Остров здоровья» |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 | |  | Игра |  |
|  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  | |  |  |  |
|  | II |  | ***Питание и здоровье*** |  | 5 | |  | 3 | |  |  |  | 2 | |  |  |  |
|  | 2.1 |  | Игра «Смак» |  | 1 | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
|  | 2.2 |  | Правильное питание –залог |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 | |  |  |  |
|  |  |  | физического и психологического |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | здоровья |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2.3 |  | Вредные микробы |  | 1 | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2.4 |  | Что такое здоровая пища и как её |  |  |  |  | 1 | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | приготовить |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2.5 |  | «Чудесный сундучок» |  | 1 | |  |  |  |  |  |  | 1 | |  | КВН |  |
|  | III |  | ***Моё здоровье в моих руках*** |  | 7 | |  | 4 | |  |  |  | 3 | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 3.1 |  | Труд и здоровье |  | 1 | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 3.2 |  | Наш мозг и его волшебные |  | 1 | |  | 1 | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | действия |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.3 |  | День здоровья | | 1 | 1 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | «Хочу остаться здоровым» | |  |  |  |  |
| 3.4 |  | Солнце, воздух и вода наши | | 1 |  |  | 1 |
|  |  | лучшие друзья. | |  |  |  |  |
| 3.5 |  | Беседа “Как сохранять и укреплять | | 1 |  |  | 1 |
|  |  | свое здоровье”. | |  |  |  |  |
| 3.6 |  | Экскурсия «Природа – источник | | 1 | 1 |  |  |
|  |  | здоровья» | |  |  |  |  |
| 3.7 |  | «Моё здоровье в моих руках» | | 1 |  |  | 1 |
|  |  |  | |  |  |  |  |
| IV |  | ***Я в школе и дома*** | | 6 | 3 |  | 3 |
|  |  |  | |  |  |  |  |
| 4.1 |  | Мой внешний вид –залог здоровья | | 1 | 1 |  |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |
| 4.2 |  | «Доброречие» | | 1 | 1 |  |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |
| 4.3 |  | Спектакль С. Преображнский | | 1 |  |  | 1 |
|  |  | «Капризка» | |  |  |  |  |
| 4.4 |  | «Бесценный дар- зрение». | | 1 |  |  | 1 |
|  |  |  | |  |  |  |  |
| 4.5 |  | Гигиена правильной осанки | | 1 | 1 |  |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |
| 4.6 |  | «Спасатели, вперёд!» | | 1 |  |  | 1 |
| V |  | ***Чтоб забыть про докторов*** | | 4 | 1 |  | 3 |
|  |  |  | |  |  |  |  |
| 5.1 |  | Шарль Перро «Красная шапочка» | | 1 | 1 |  |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |
| 5.2 |  | Движение это жизнь | | 1 |  |  | 1 |
|  |  |  | |  |  |  |  |
| 5.3 |  | День здоровья | | 1 |  |  | 1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | «Дальше, быстрее, выше» | |  |  |  |  |
| 5.4 | «Разговор о правильном питании» | | | 1 |  |  | 1 |
|  |  | Вкусные и полезные вкусности | |  |  |  |  |
| VI |  | ***Я и моё ближайшее окружение*** | | 4 | 2 |  | 2 |
| 6.1 |  | Мир моих увлечений | | 1 | 1 |  |  |
| 6.2 |  | Вредные привычки и их | | 1 | 1 |  |  |
|  |  | профилактика | |  |  |  |  |
| 6.3 |  | Добро лучше , чем зло, зависть, | | 1 |  |  | 1 |
|  |  | жадность. | |  |  |  |  |
|  |  | Кукольный спектакль | |  |  |  |  |
|  |  | А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и | |  |  |  |  |
|  |  | рыбке» | |  |  |  |  |
| 6.4 |  | В мире интересного. | | 1 |  |  |  |
| VII |  | ***«Вот и стали мы на год*** | | 4 | 2 |  | 2 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***взрослей»*** |  |  |  |  |  |
| 7.1 | Я и опасность. | 1 | 1 |  |  |  |
| 7.2 | Лесная аптека на службе человека | 1 |  |  | 1 |  |
| 7.3 | Игра «Не зная броду, не суйся в | 1 | 1 |  |  | КВН |
|  | воду» |  |  |  |  |  |
| 7.4 | Чему мы научились и чего  достигли | 1 |  |  | 1 | Диагностика |
|  |  |  |  |  |  |
|  | Итого: | 34 | 16 |  | 18 |  |

**Учебный план 4 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | В том числе | | | |  |  |  |  |
|  | № | | Наименование разделов и |  |  | Всего, | |  |  | практи- | |  |  | Форма | |
|  | п/п | | дисциплин |  |  | час. | | лекции | | ческие | |  | контроля | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | занятия | |  |  |  |  |
|  | I | | Введение «Вот мы и в школе». |  |  | 4 |  | 1 |  | 3 |  |  | Круглый стол | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | II | | Питание и здоровье |  |  | 5 |  | 3 |  | 2 |  |  | КВН |  |  |
|  | III | | Моё здоровье в моих руках |  |  | 7 |  | 4 |  | 3 |  |  | Викторина | | |
|  | IV | | Я в школе и дома |  |  | 6 |  | 3 |  | 3 |  |  | Игра- викторина | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | V | | Чтоб забыть про докторов |  |  | 4 |  | 1 |  | 3 |  |  | «Разговор о | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | правильном | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | питании» | | |
|  | VI | | Я и моё ближайшее окружение |  |  | 4 |  | 2 |  | 2 |  |  | Научно- | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | практическая | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | конференция | | |
|  | VII | | «Вот и стали мы на год взрослей» |  |  | 4 |  | 2 |  | 2 |  |  | Диагностика Книга | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | здоровья | | |
|  |  |  | Итого: |  |  | 34 |  | 16 |  | 18 |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Учебно-тематический план** | | | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **4 класс** | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | В том числе | | | | | |  |  |
|  | № |  | Наименование разделов |  |  | Всего, |  | лекции |  | выездн |  | практи- | | Форма |  |
|  | п/п |  |  |  |  | час. |  |  |  | ые |  | ческие | | контроля |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | занятия, |  | занятия | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | стажиро |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | вки, |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | деловые |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | игры |  |  |  |  |  |
|  | I |  | ***Введение «Вот мы и в школе».*** |  | 4 | |  | 1 |  |  |  | 3 | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1.1 | «Здоровье и здоровый образ | 1 |  |  | 1 |  |
|  | жизни» |  |  |  |  |  |
| 1.2 | Правила личной гигиены | 1 |  |  | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 1.3 | Физическая активность и здоровье | 1 | 1 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 1.4 | Как познать себя | 1 |  |  | 1 | Круглый |
|  |  |  |  |  |  | стол |
| II | ***Питание и здоровье*** | 5 | 3 |  | 2 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2.1 | Питание необходимое условие для | 1 | 1 |  |  |  |
|  | жизни человека |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2.2 | Здоровая пища для всей семьи | 1 |  |  | 1 |  |
| 2.3 | Как питались в стародавние | 1 | 1 |  |  |  |
|  | времена и питание нашего |  |  |  |  |  |
|  | времени |  |  |  |  |  |
| 2.4 | Секреты здорового питания. |  | 1 |  |  |  |
|  | Рацион питания |  |  |  |  |  |
| 2.5 | «Богатырская силушка» | 1 |  |  | 1 | КВН |
| III | ***Моё здоровье в моих руках*** | 7 | 4 |  | 3 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 3.1 | Домашняя аптечка | 1 | 1 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 3.2 | «Мы за здоровый образ жизни» | 1 | 1 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 3.3 | Марафон «Сколько стоит твоё | 1 | 1 |  |  |  |
|  | здоровье» |  |  |  |  |  |
| 3.4 | «Береги зрение с молоду». | 1 |  |  | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 3.5 | Как избежать искривления | 1 |  |  | 1 |  |
|  | позвоночника |  |  |  |  |  |
| 3.6 | Отдых для здоровья | 1 | 1 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 3.7 | Умеем ли мы отвечать за своё | 1 |  |  | 1 | Виктори- |
|  | здоровье |  |  |  |  | на |
| IV | ***Я в школе и дома*** | 6 | 3 |  | 3 |  |
| 4.1 | «Мы здоровьем дорожим – | 1 | 1 |  |  |  |
|  | соблюдая свой режим» |  |  |  |  |  |
| 4.2 | «Класс не улица ребята | 1 | 1 |  |  |  |
|  | И запомнить это надо!» |  |  |  |  |  |
| 4.3 | Кукольный спектакль | 1 |  |  | 1 |  |
|  | «Спеши делать добро» |  |  |  |  |  |
| 4.4 | Что такое дружба? Как дружить в | 1 |  |  | 1 |  |
|  | школе? |  |  |  |  |  |
| 4.5 | Мода и школьные будни | 1 | 1 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 4.6 | Делу время - потехе час. | 1 |  |  | 1 | Игра - |
|  |  |  |  |  |  | викторина |
| V | ***Чтоб забыть про докторов*** | 4 | 1 |  | 3 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 5.1 | Чтоб болезней не бояться, надо | 1 | 1 |  |  |  |
|  | спортом заниматься |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 5.2 |  | День здоровья «За здоровый образ | | 1 |  |  | 1 |  |
|  |  | жизни» |  |  |  |  |  |  |
| 5.3 |  | Кукольный спектакль | | 1 |  |  | 1 |  |
|  |  | С.Преображенский «Огородники» | |  |  |  |  |  |
| 5.4 | «Разговор о правильном питании» | | | 1 |  |  | 1 | Участие в |
|  |  | Вкусные и полезные вкусности | |  |  |  |  | городс- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ком |
|  |  |  |  |  |  |  |  | конкурсе |
|  |  |  |  |  |  |  |  | «Разго- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | вор о |
|  |  |  |  |  |  |  |  | правиль- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ном |
|  |  |  |  |  |  |  |  | питании» |
| VI |  | ***Я и моё ближайшее окружение*** | | 4 | 2 |  | 2 |  |
| 6.1 |  | Размышление о жизненном опыте | | 1 | 1 |  |  |  |
| 6.2 |  | Вредные привычки и их | | 1 | 1 |  |  |  |
|  |  | профилактика | |  |  |  |  |  |
| 6.3 |  | Школа и моё настроение | | 1 |  |  | 1 |  |
| 6.4 |  | В мире интересного. | | 1 |  |  |  | Научно – |
|  |  |  |  |  |  |  |  | практиче |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ская |
|  |  |  |  |  |  |  |  | конферен |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ция |
| VII |  | ***«Вот и стали мы на год*** | | 4 | 2 |  | 2 |  |
|  |  | ***взрослей»*** | |  |  |  |  |  |
| 7.1 |  | Я и опасность. | | 1 | 1 |  |  |  |
| 7.2 |  | Игра «Мой горизонт» | | 1 |  |  | 1 |  |
| 7.3 |  | Гордо реет флаг здоровья | | 1 | 1 |  |  |  |
| 7.4 |  | «Умеете ли вы вести здоровый | | 1 |  |  | 1 | Диагност |
|  |  | образ жизни» | |  |  |  |  | ика. |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Книга |
|  |  |  |  |  |  |  |  | здоровья |
|  |  |  | Итого: | 34 | 16 |  | 18 |  |

***6. Критерии оценки знаний, умений и навыков.***

Низкий уровень: удовлетворительное владение теоретической информацией по темам курса, умение пользоваться литературой при подготовке сообщений, участие в организации выставок, элементарные представления об исследовательской деятельности, пассивное участие в семинарах.

Средний уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по курсу, умение систематизировать и подбирать необходимую литературу, проводить

исследования и опросы, иметь представление о учебно-исследовательской деятельности, участие в конкурсах, выставках, организации и проведении мероприятий.

Высокий уровень: свободное владение теоретической информацией по курсу, умение анализировать литературные источники и данные исследований и опросов, выявлять причины, подбирать методы исследования, проводить учебно-исследовательскую деятельность, активно принимать участие в мероприятиях, конкурсах, применять полученную информацию на практике.

* 1. **Литература**

1. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр

«Вентана-граф». 2002.- 205 с.

1. Бабкина, Н.В. О психологической службе в условиях учебно-воспитательного комплекса // Начальная школа – 2001 – № 12 – С. 3–6.
2. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
3. Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, 2007 г., - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)
4. Захаров. А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. - 85 с.
5. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
6. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2004. – 124 c.
7. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
8. Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2007. – 134 с.

10. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.

11. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос,

2003. – 112 с.

12. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.

13. Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 - 2003, с.57.

14. Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение. – М.: 1991. – 120 с.