

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Начальная общеобразовательная школа №3»
(МБОУ «Начальная школа №3»)

Рассмотрена
на заседании школьного методического
совета
Протокол № 1
от «30» августа 2018 г.

Утверждена
приказом директора МБОУ «Начальная
школа №3»
от «31» августа 2018г. № 110

**Рабочая программа по внеурочной деятельности
курса «Цветок здоровья»**

Направление: спортивно-оздоровительное
на уровень начального общего образования

Рабочая программа по внеурочной деятельности курса «Цветок здоровья» является частью Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Начальная школа №3» и состоит из следующих разделов:

- 1) результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- 2) содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
- 3) тематическое планирование.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Цветок здоровья»

1-2 класс	3 класс	4 класс
Личностные результаты		
<p>Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);</p> <p>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.</p>		<p>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;</p>
Метапредметные результаты		
<p>Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя.</p> <p>Проговаривать последовательность действий.</p> <p>Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.</p> <p>Слушать и понимать речь других.</p> <p>Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>	<p>Делать предварительный отбор источников информации:</p> <p>ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).</p> <p>Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.</p> <p>Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.</p> <p>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).</p> <p>Умение донести свою позицию до других:</p>	<p>освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);</p>

	оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).	
Предметные результаты		
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.	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.	

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№ п/п	Содержание	Основные виды деятельности	Количество во часов	формы организации
1 класс				
1	Раздел 1 Введение «Вот мы и в школе».(4 ч.) Тема 1. Дорога к доброму здоровью Тема2 Здоровье в порядке- спасибо зарядке Тема 3 Настроение в школе и после школы. Тема 4 Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»	Игровая и спортивно-оздоровительная деятельность	3/1	Групповые занятия, праздники
2	Раздел 2. Питание и здоровье Тема 1 Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники» Тема 2. Культура питания. Приглашаем к чаю Тема 3. Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться) Тема 4. Здоровая пища для всей семьи. Тема 5 «Светофор здоровья»	Игровая и спортивно-оздоровительная деятельность	4/1	Конкурсы, диспуты, театральные постановки
3	Раздел 3. Моё здоровье в моих руках	Игровая и спортивно-	2/5	Беседы,

	<p><i>Тема 1</i> Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим</p> <p><i>Тема 2.</i> Как сделать сон полезным? Сон – лучшее лекарство!</p> <p><i>Тема 3</i> «<u>Весёлые старты</u>» в рамках фестиваля «Спорт, здоровье, творчество»</p> <p><i>Тема 4</i> Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»</p> <p><i>Тема 5</i> Народные игры. Старинная русская игра «Городки»</p> <p><i>Тема 6</i> День здоровья «Папа, мама, я – спортивная, здоровая семья» (праздник на параллель 1 классов)</p> <p><i>Тема 7</i> <u>В здоровом теле здоровый дух (Викторина)</u></p>	оздоровительная деятельность		экскурсии, игры, викторина
4	<p><i>Раздел 4. Я в школе и дома</i></p> <p><i>Тема 1</i> Мой внешний вид – залог здоровья .</p> <p><i>Тема 2</i> Забота о глазах. Глаза – главные помощники человека. Подбор оздоровительных физминуток для формирования и развития мышц глаз</p> <p><i>Тема 3</i> Уход за зубами. Как сохранить улыбку красивой? Встреча с врачом стоматологом.</p> <p><i>Тема 4</i> Уход за ушами. Самомассаж ушей. Встреча с врачом – отоларингологом.</p> <p><i>Тема 5</i> Уход за руками и ногами. «Рабочие инструменты человека. Массаж стоп. Плоскостопие.</p> <p><i>Тема 6</i> <u>Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим</u></p>	Игровая и спортивно-оздоровительная деятельность	4/2	Беседы, экскурсии, игры, викторина, групповые занятия
5	<p><i>Раздел 5. Чтоб забыть про докторов</i></p> <p><i>Тема 1</i> Хочу остаться здоровым. Встреча с действующими спортсменами города, мастерами, ветеранами спорта.</p> <p><i>Тема 2.</i> «Я выбираю здоровье!» (встреча с инспектором ГИБДД)</p> <p><i>Тема 3.</i> Посещение ФОКа (учебное плавание, занятия с инструктором)</p> <p><i>Тема 4</i> <u>«Как сохранять и укреплять свое здоровье»</u></p>	Игровая и спортивно-оздоровительная деятельность	1/3	групповые занятия, экскурсии
6	<p><i>Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение</i></p> <p><i>Тема 1</i> Моё настроение. Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»</p> <p><i>Тема 2.</i> «Твой звёздный час» (мини-спартакиада)</p> <p><i>Тема 3</i> <u>Я б в спасатели пошел” ролевая игра</u></p>	Игровая, познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	0/3	групповые занятия, ролевые игры
7	<i>Раздел 7. «Вот и стали мы на год</i>	Игровая, познавательная и	2/2	театральные

	<p>взрослей» Тема 1 Опасности летом (просмотр видео фильма) Тема 2. Первая доврачебная помощь Тема 3 Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка» Тема 4 <u>Чему мы научились за год.</u></p>	спортивно-оздоровительная деятельность		постановки, групповые занятия
2 класс				
1	<p>Раздел 1 Введение «Вот мы и в школе».(4 ч.) Тема 1 Почему мы боеем? Причины и признаки болезни. Профилактика болезней. Тема 2 Кто и как предохраняет нас от болезней. Как организм помогает себе сам. Тема 3 Какие врачи нас лечат. Самоанализ здоровья. Анализ жизненных и литературных ситуаций. Тема 4 <u>Я хозяин своего здоровья</u></p>	Игровая и познавательная деятельность	3/1	групповые занятия
2	<p>Раздел 2. Питание и здоровье Тема 1 Как избежать отравлений? Признаки пищевого отравления. «Помоги себе сам» (практические советы при отравлениях) Тема 2. Отравление лекарствами. Признаки лекарственного отравления. «Помоги себе сам» (практические советы при отравлениях) Тема 3. Спектакль «Я выбираю кашу» Тема 4. Культура питания. Этикет. Тема 5 <u>Светофор здорового питания</u></p>	Игровая, познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	3/2	групповые занятия, посещение театра
3	<p>Раздел 3. Моё здоровье в моих руках Тема 1 Прививки от болезней. Инфекционные болезни. Игра «Полезно – вредно» Тема 2. Как закаляться? Обтирание и обливание. Шесть признаков здорового и закалённого человека. Долгожитель. Тема 3 Что нужно знать о лекарствах. Аллергия. Домашняя аптечка. Тема 4 Спортивный праздник «Кузнечики» Тема 5 Безопасность при любой погоде. Если солнечно и жарко. Признаки солнечного ожога. «Помоги себе сам» (практические советы) Тема 6. Если на улице дождь и гроза. Правила поведения при грозе. «Помоги себе сам» (практические советы) Тема 7 <u>Слагаемые здоровья</u></p>	Игровая и познавательная деятельность	2/5	групповые занятия
4	<p>Раздел 4. Я в школе и дома Тема 1 Я и мои одноклассники Тема 2. Правила безопасного</p>		3/3	групповые занятия

	поведения в школе, дома, на улице. <i>Тема 3</i> Гигиена позвоночника. Сколиоз <i>Тема 4</i> Шалости и травмы <i>Тема 5</i> «Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление. <i>Тема 6</i> <u>Умники и умницы</u>			
5	<i>Раздел 5. Чтоб забыть про докторов</i> <i>Тема 1</i> «А вы знаете?» Встреча с действующими спортсменами города, мастерами, ветеранами спорта. <i>Тема 2.</i> «Мы за здоровый образ жизни». (Выставка рисунков). <i>Тема 3</i> День здоровья «Самый здоровый класс» в рамках фестиваля «Спорт, здоровье, творчество» <i>Тема 4</i> Клуб выходного дня. Катание на лыжах, коньках. Конкурс «Снеговик- 2013»	Игровая и познавательная деятельность	2/2	групповые занятия, спортивные соревнования
6	<i>Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение</i> <i>Тема 1</i> Мир эмоций и чувств <i>Тема 2.</i> Воспитаю себя. Е Пермяк «Самое страшное», В. Осеева «Кто наказал его?» Почему грубость порицается людьми? <i>Тема 3</i> Я выбираю движение. Подвижные игры на воздухе. <i>Тема</i> «Кто ходит больше, тот живёт дольше». <u>Научно –практическая конференция</u>	Игровая и познавательная деятельность	2/2	групповые занятия, подвижные игры, научно-практические конференции
7	<i>Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей»</i> <i>Тема 1</i> Я и опасность. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек <i>Тема 2.</i> Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы» <i>Тема 3</i> Как помочь себе при тепловом ударе? <i>Тема 4</i> <u>Наши успехи и достижения.</u>	Игровая и познавательная деятельность	3/1	групповые занятия
3 класс				
1	<i>Раздел 1 Введение «Вот мы и в школе». (4 ч.)</i> <i>Тема 1</i> Чего не надо бояться? Как воспитывать уверенность и бесстрашие. <i>Тема 2</i> Личная гигиена. Как нужно одеваться? <i>Тема 3</i> Надо уметь сдерживать себя. Все ли желания выполнимы? <i>Тема 4</i> <u>«Остров здоровья»</u>	Познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	3/1	групповые занятия, ролевые игры
2	<i>Раздел 2. Питание и здоровье</i>			
		Познавательная и спортивно-	3/2	групповые

	<p><i>Тема 1</i> Игра «Смак»</p> <p><i>Тема 2.</i> Правильное питание – залог физического и психологического здоровья</p> <p><i>Тема 3.</i> Вредные микробы.</p> <p><i>Тема 4.</i> Что такое здоровая пища и как её приготовить</p> <p><i>Тема 5</i> <u>«Чудесный сундучок»</u></p>	оздоровительная деятельность		занятия, игры
3	<p><i>Раздел 3. Моё здоровье в моих руках</i></p> <p><i>Тема 1</i> Труд и здоровье</p> <p><i>Тема 2.</i> Мои спортивные достижения (работа с детскими портфолио)</p> <p><i>Тема 3.</i> Хочу остаться здоровым. Экскурсия в конно-спортивную школу.</p> <p><i>Тема 4</i> Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья. Разновидности подвижных игр.</p> <p><i>Тема 5</i> Нехорошие слова. Недобрые шутки.</p> <p><i>Тема 6</i> Экскурсия в спортшколу</p> <p><i>Тема 7</i><u>«Моё здоровье в моих руках»</u></p>	Познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	2/5	групповые занятия, экскурсии
4	<p><i>Раздел 4. Я в школе и дома</i></p> <p><i>Тема 1</i> Не грызи ногти , не ковыряй в носу. Как отучить себя от вредных привычек?</p> <p><i>Тема 2.</i> Что делать, если не хочется в школу? Чем заняться после школы? «Помоги себе сам»(Организация досуга)</p> <p><i>Тема 3</i> Спектакль С. Преображнский «Капризка»</p> <p><i>Тема 4</i> Как выбрать друзей? Кто может считаться настоящим другом? Ассоциограмма «Я среди друзей»</p> <p><i>Тема5</i> Как помочь родителям? Как доставить родителям радость?</p> <p><i>Тема6</i><u>« Спасатели , вперёд!» Игра.</u></p>	Познавательная, игровая и спортивно-оздоровительная деятельность	4/2	групповые занятия, игры
5	<p><i>Раздел 5. Чтоб забыть про докторов</i></p> <p><i>Тема 1</i> Наши маленькие секреты» Встреча с действующими спортсменами города, мастерами, ветеранами спорта.</p> <p><i>Тема 2.</i> Движение это жизнь. «Весёлые старты» в рамках фестиваля «Спорт, здоровье, творчество»</p> <p><i>Тема 3.</i> День здоровья «Дальше, быстрее, выше»</p> <p><i>Тема 4</i><u>«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы школьный конкурс «Разговор о правильном питании»</u></p>	Познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	2/2	групповые занятия, спортивные соревнования
6	<p><i>Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение</i></p> <p><i>Тема 1</i> Мир моих увлечений Моя лестница успеха. Работа с детскими портфолио</p> <p><i>Тема 2.</i> Как помочь больным и</p>	Познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	1/3	групповые занятия, экскурсии

	беспомощным? Дискуссия «Давай поговорим» <i>Тема 3 «Друзья спорта»</i> (агитбригада), презентация. <i>Тема В мире интересного. Экскурсия на водно-гребную базу. отчёт по экскурсии в виде творческих работ.</i>			
7	Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей» <i>Тема 1</i> Я и опасность. <i>Тема 2.</i> Лесная аптека на службе человека <i>Тема 3</i> Игра «Не зная броду, не суйся в воду» <i>Тема 4</i> <u>Наши маленькие открытия. Растим «Цветок здоровья»</u>	Познавательная, игровая и спортивно-оздоровительная деятельность	2/2	групповые занятия, игры
4 класс				
1	Раздел 1 Введение «Вот мы и в школе». (4 ч.) <i>Тема 2</i> Здоровье, эмоции, чувства, стрессы. Рисуночные тесты. <i>Тема 3.</i> Как помочь сохранить себе здоровье? Учимся думать и действовать, находить причину и последствия действий. <i>Тема 3</i> Физическая активность и здоровье. Встреча со школьным врачом. <i>Тема 4</i> <u>Как познать себя? Что зависит от моего решения? Цветок здоровья и красота.</u>	Познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	3/1	групповые занятия
2	Раздел 2. Питание и здоровье <i>Тема 1</i> Питание необходимое условие для жизни человека. Встреча с врачом диетологом, эндокринологом. <i>Тема 2.</i> Помоги себе сам. Волевое поведение <i>Тема 3.</i> Как питались в стародавние времена и питание нашего времени <i>Тема 4.</i> Секреты здорового питания. Рацион питания <i>Тема 5</i> «Богатырская силушка»	Познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	2/3	групповые занятия, спортивные игры и соревнования
3	Раздел 3. Моё здоровье в моих руках <i>Тема 1</i> Злой волшебник – табак. Что мы знаем о курении? <i>Тема 2.</i> Злой волшебник - алкоголь. Игра «беседа по кругу» <i>Тема 3</i> Злой волшебник – наркотик. Тренинг безопасного поведения. <i>Тема 4</i> «Мы за здоровый образ жизни» Марафон в рамках фестиваля «Спорт, здоровье, творчество» <i>Тема 5.</i> «Умей сказать НЕТ» <i>Тема 6.</i> Отдых для здоровья <i>Тема 7.</i> <u>Умеем ли мы отвечать за своё здоровье - викторина.</u>	Познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	2/5	групповые занятия, тренинги
4	Раздел 4. Я в школе и дома	Познавательная, игровая и	4/2	групповые

	<p><i>Тема 1</i> «Мы – одна семья»</p> <p><i>Тема 2.</i> «Класс не улица ребят! И запомнить это надо!»</p> <p><i>Тема 3</i> Кукольный спектакль «Спешите делать добро»</p> <p><i>Тема 4</i> Будем делать хорошо и не будем плохо!</p> <p><i>Тема 5</i> Мода и школьные будни</p> <p><i>Тема 6</i> <u>Делу время, потехе час. игра-викторина.</u></p>	спортивно-оздоровительная деятельность		занятия, игры, соревнования
5	<p><i>Раздел 5. Чтоб забыть про докторов</i></p> <p><i>Тема 1</i> «Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься». Встреча с действующими спортсменами города, мастерами, ветеранами спорта.</p> <p><i>Тема 2.</i> День здоровья «За здоровый образ жизни».</p> <p><i>Тема 3</i> Библиотечный урок «Пути оздоровления»</p> <p><i>Тема 4</i> <u>«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы школьный конкурс «Разговор о правильном питании»</u></p>	Познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	2/2	групповые занятия
6	<p><i>Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение</i></p> <p><i>Тема 1</i> Размышление о жизненном опыте.</p> <p><i>Тема 2.</i> Вредные привычки и их профилактика</p> <p><i>Тема 3</i> Школа и моё настроение</p> <p><i>Тема 4</i> <u>В мире интересного.</u></p>	Познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	2/2	групповые занятия
7	<p><i>Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей»</i></p> <p><i>Тема 1</i> Я и опасность.</p> <p><i>Тема 2.</i> Семейный праздник «Папа. Мама, я – спортивная семья»</p> <p><i>Тема 3</i> Гордо реет флаг здоровья</p> <p><i>Тема 4</i> «Хочу всё знать» <u>презентация исследовательских проектов «Цветок здоровья»</u></p>	Познавательная и спортивно-оздоровительная деятельность	2/2	групповые занятия, праздники

3. Тематическое планирование

1 класс

№	Наименование разделов и дисциплин	Всего
---	-----------------------------------	-------

I	<i>Введение «Вот мы и в школе».</i>	4
1.1	Дорога к доброму здоровью	1
1.2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке	1
1.3	Настроение в школе и после школы.	1
1.4	Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»	1
II	<i>Питание и здоровье</i>	5
2.1	Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники»	1
2.2	Культура питания Приглашаем к чаю	1
2.3	Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)	1
2.4	Здоровая пища для всей семьи.	
2.5	«Светофор здоровья»	1
III	<i>Моё здоровье в моих руках</i>	7
3.1	Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.	1
3.2	Как сделать сон полезным? Сон – лучшее лекарство!	1
3.3	«Весёлые старты» в рамках фестиваля «Спорт, здоровье, творчество»	1
3.4	Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	1
3.5	Народные игры. Старинная русская игра «Городки»	1
3.6	<u>День здоровья</u> «Папа, мама, я – спортивная, здоровая семья»	1
3.7	В здоровом теле- здоровый дух	1
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6
4.1	Мой внешний вид –залог здоровья	1
4.2	Забота о глазах. Глаза – главные помощники человека. Подбор оздоровительных физминуток для формирования и развития мышц глаз.	1
4.3	Уход за зубами. Как сохранить улыбку красивой? Встреча с врачом стоматологом.	1
4.4	Уход за ушами. Самомассаж ушей. Встреча с врачом – отоларингологом.	1
4.5	Уход за руками и ногами. «Рабочие инструменты человека. Массаж стоп. Плоскостопие.	1
4.6	Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим , все болезни победим	1
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4
5.1	“Хочу остаться здоровым”. Встреча с действующими спортсменами города, мастерами, ветеранами спорта.	1
5.2	«Я выбираю здоровье!» (встреча с инспектором ГИБДД)	1
5.3	Посещение ФОКа (учебное плавание, занятия с инструктором)	1
5.4	«Как сохранять и укреплять свое здоровье»	1
VI	<i>Я и моё ближайшее окружение</i>	3
6.1	Моё настроение Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»	1
6.2	«Твой звёздный час» (мини- спартакиада)	1
6.3	“Я б в спасатели пошел”	1
VII	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	4
7.1	Опасности летом (просмотр видео фильма)	1
7.2	Первая доврачебная помощь	1

7.3	Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка»	1
7.4	Чему мы научились за год.	1
	Итого:	33

2 класс

№	Наименование разделов и дисциплин	Всего час
I	<i>Введение «Вот мы и в школе».</i>	4
1.1	Почему мы бодем? Причины и признаки болезни. Профилактика болезней.	1
1.2	Кто и как предохраняет нас от болезней. Как организм помогает себе сам.	1
1.3	Какие врачи нас лечат. Самоанализ здоровья. Анализ жизненных и литературных ситуаций.	1
1.4	Я хозяин своего здоровья	1
II	<i>Питание и здоровье</i>	5
2.1	Как избежать отравлений? Признаки пищевого отравления. «Помоги себе сам» (практические советы при отравлениях)	1
2.2	Отравление лекарствами. Признаки лекарственного отравления. «Помоги себе сам» (практические советы при отравлениях)	1
2.3	Спектакль «Я выбираю кашу»	1
2.4	Культура питания. Этикет.	1
2.5	Светофор здорового питания	1
III	<i>Моё здоровье в моих руках</i>	7
3.1	Прививки от болезней. Инфекционные болезни. Игра «Полезно – вредно»	1
3.2	Как закаляться? Обтирание и обливание. Шесть признаков здорового и закалённого человека. Долгожитель.	1
3.3	Что нужно знать о лекарствах. Аллергия. Домашняя аптечка.	1
3.4	Спортивный праздник «Кузнечики»	1
3.5	Безопасность при любой погоде. Если солнечно и жарко. Признаки солнечного ожога. «Помоги себе сам» (практические советы)	1
3.6	Если на улице дождь и гроза. Правила поведения при грозе. «Помоги себе сам» (практические советы)	1
3.7	Слагаемые здоровья	1
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6
4.1	Я и мои одноклассники	1
4.2	Правила безопасного поведения в школе, дома, на улице.	1
4.3	Гигиена позвоночника. Сколиоз	1
4.4	Шалости и травмы	1
4.5	«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление	1
4.6	Умники и умницы	1
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4
5.1	«А вы знаете?» Встреча с действующими спортсменами города, мастерами, ветеранами спорта.	1
5.2	«Мы за здоровый образ жизни». (Выставка рисунков)	1
5.3	<u>День здоровья</u> «Самый здоровый класс» в рамках фестиваля «Спорт.здоровье, творчество»	1
5.4	Клуб выходного дня. Катание на лыжах, коньках. Конкурс «Снеговик- 2018»	1
VI	<i>Я и моё ближайшее окружение</i>	4

6.1	Мир эмоций и чувств.	1
6.2	Воспитавай себя. Е Пермяк «Самое страшное», В. Осеева «Кто наказал его?» Почему грубость порицается людьми?	1
6.3	Я выбираю движение. Подвижные игры на воздухе.	1
6.4	«Кто ходит больше, тот живёт дольше».	1
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4
7.1	Я и опасность. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.	1
7.2	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»	1
7.3	Как помочь себе при тепловом ударе?	1
7.4	Наши успехи и достижения	1
	Итого:	34

3 класс

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего
I	Введение «Вот мы и в школе».	4
1.1	Чего не надо бояться? Как воспитывать уверенность и бесстрашие?	1
1.2	Личная гигиена. Как нужно одеваться?	1
1.3	Надо уметь сдерживать себя. Все ли желания выполнимы?	1
1.4	«Остров здоровья»	1
II	Питание и здоровье	5
2.1	Игра «Смак»	1
2.2	Правильное питание –залог физического и психологического здоровья. Встреча со школьной медсестрой, врачами.	1
2.3	Вредные микробы	1
2.4	Что такое здоровая пища и как её приготовить	
2.5	«Чудесный сундучок»	1
III	Моё здоровье в моих руках	7
3.1	Труд и здоровье	1
3.2	Мои спортивные достижения (работа с детскими портфолио)	1
3.3	«Хочу остаться здоровым» Экскурсия в конно-спортивную школу.	1
3.4	Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья. Разновидности подвижных игр.	1
3.5	Нехорошие слова. Недобрые шутки.	1
3.6	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	1
3.7	«Моё здоровье в моих руках»	1
IV	Я в школе и дома	6
4.1	Не грызи ногти , не ковыряй в носу. Как отучить себя от вредных привычек?	1
4.2	Что делать, если не хочется в школу? Чем заняться после школы? «Помоги себе сам»(Организация досуга)	1
4.3	Спектакль С. Преображнский «Капризка»	1
4.4	Как выбрать друзей? Кто может считаться настоящим другом? Ассоциграмма «Я среди друзей»	1
4.5	Как помочь родителям? Как доставить родителям радость?	1

4.6	«Спасатели , вперёд!»	1
V	Чтоб забыть про докторов	4
5.1	“Наши маленькие секреты”. Встреча с действующими спортсменами города, мастерами, ветеранами спорта.	1
5.2	Движение это жизнь. «Весёлые старты» в рамках фестиваля «Спорт.здоровье, творчество»	1
5.3	<u>День здоровья</u> «Дальше, быстрее, выше»	1
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности	1
VI	Я и моё ближайшее окружение	4
6.1	Мир моих увлечений. Моя лестница успеха. Работа с детскими портфолио.	1
6.2	Как помочь больным и беспомощным? Дискуссия «Давай поговорим»	1
6.3	«Друзья спорта» (агитбригада)	1
6.4	В мире интересного. Экскурсия на водно-гребную базу общества «Спартак»	1
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4
7.1	Я и опасность.	1
7.2	Лесная аптека на службе человека	1
7.3	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	1
7.4	Наши маленькие открытия. Растим «Цветок здоровья»	1
	Итого:	34

4 класс

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего
I	Введение «Вот мы и в школе».	4
1.1	Здоровье, эмоции, чувства, стрессы. Рисуночные тесты.	1
1.2	Как помочь сохранить себе здоровье? Учимся думать и действовать, находить причину и последствия действий.	1
1.3	Физическая активность и здоровье. Встреча со школьным врачом.	1
1.4	Как познать себя. Что зависит от моего решения?	1
II	Питание и здоровье	5
2.1	Питание необходимое условие для жизни человека. Встреча с врачом-диетологом, эндокринологом.	1
2.2	Помоги себе сам. Волевое поведение.	1
2.3	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	1
2.4	Секреты здорового питания. Рацион питания	
2.5	«Богатырская силушка»	1
III	Моё здоровье в моих руках	7
3.1	Злой волшебник – табак. Что мы знаем о курении?	1
3.2	Злой волшебник - алкоголь. Игра «беседа по кругу»	1
3.3	Злой волшебник – наркотик. Тренинг безопасного поведения.	1
3.4	«Мы за здоровый образ жизни» Марафон в рамках фестиваля «Спорт, здоровье, творчество»	1
3.5	«Умей сказать НЕТ»	1

3.6	Отдых для здоровья.	1
3.7	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье	1
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6
4.1	«Мы – одна семья»	1
4.2	«Класс не улица ребята И запомнить это надо!»	1
4.3	Кукольный спектакль «Спешите делать добро»	1
4.4	Будем делать хорошо и не будем плохо!	1
4.5	Мода и школьные будни	1
4.6	Делу время , потехе час.	1
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4
5.1	«Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься» Встреча с действующими спортсменами города, мастерами, ветеранами спорта.	1
5.2	<u>День здоровья</u> «За здоровый образ жизни»	1
5.3	Проведение библиотечных часов «Пути оздоровления»	1
5.4	«Разговор о правильном питании»	1
VI	<i>Я и моё ближайшее окружение</i>	4
6.1	Размышление о жизненном опыте	1
6.2	Вредные привычки и их профилактика	1
6.3	Школа и моё настроение	1
6.4	В мире интересного.	1
VII	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	4
7.1	Я и опасности.	1
7.2	Семейный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»	1
7.3	Гордо реет флаг здоровья. Моя лестница успеха. Работа с детскими портфолио.	1
7.4	«Хочу всё знать!» (презентация исследовательских проектов)	1
	Итого:	34