

Рязанская область Сасовский район
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Демушкинская средняя школа»

Согласовано: Руководитель филиала  Г.В.Савина « 30 » августа 20 19 г.	 «Утверждаю» Директор МКОУ «Демушкинская СШ»  В.Б. Подосинникова/ приказ № 227 от 30 августа 20 19 г.
--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

на 2019-2020 учебный год

« Моё здоровье»

Класс: 1, 4

Срок реализации программы: 1 год

Учитель: Руденко Наталья Ивановна,

1 квалификационной категории

Пояснительная записка

Программа факультативного курса «Моё здоровье» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009г. № 373)

Система начального образования обладает достаточным потенциалом для реализации основ воспитательной системы индивидуально – творческой ориентации ребёнка на процесс здоровьесбережения. Поэтому необходимо в школе создание программы по сохранению здоровья ребёнка.

Всем нам хочется видеть детей здоровыми, жизнерадостными, счастливыми. Как сделать, чтобы ребёнок жил в ладу с самим собой, с окружающим миром? Секрет этой гармонии прост: здоровый образ жизни. Он включает в себя и поддержание физического здоровья, и отсутствие вредных привычек, и стремление оказать помощь тем, кто в ней нуждается. Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но в современных условиях проблема сохранения здоровья подрастающего поколения чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей, увеличением числа имеющих хронические заболевания, неврозы. Это подчёркивает необходимость формирования у учащихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению « Мое здоровье» 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 ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
- Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»,
- Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 класс

«Первые шаги к здоровью»

Цель:

первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.

Категория слушателей: обучающиеся 1 класса

Срок обучения: 1 года

Режим занятий: 1 час в неделю(33 часа)

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего часов				Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	3	1	06.09.	<p>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. 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. 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. Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: 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;</p>	
1.1	Дорога к доброму здоровью	1	1		13.		
1.2	Здоровье в порядке-спасибо зарядке	1	1		20.		
1.3	В гостях у Мойдодыра Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр»	1	1		27.		
1.4	Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»	1		1	04.10.		
II	Питание и здоровье	5	5				
2.1	Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины	1	1		18.	<p>Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.</p>	

	наши друзья и помощники»					<p>Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)</p> <p>Познавательные УУД: 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>Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД: Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p> <p>Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
2.2	Культура питания Приглашаем к чаю	1	1		25.	
2.3	Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)	1	1			
2.4	Как и чем мы питаемся		1			
2.5	Красный, жёлтый, зелёный	1	1			
III	Моё здоровье в моих руках	7	4	2		
3.1	Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим	1	1			<p>Регулятивные УУД: Определять и формулировать цель</p>

3.2	Полезные и вредные продукты.	1	1			деятельности на уроке с помощью учителя. Проговаривать последовательность действий на уроке.
3.3	Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк»	1	1			Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.
3.4	Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	1		1		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.
3.5	Как обезопасить свою жизнь	1	1			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.
3.6	<u>День здоровья</u> «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим»	1	1			Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: 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
3.7	В здоровом теле здоровый дух	1		1		
IV	Я в школе и дома	6	6			
4.1	Мой внешний вид –залог здоровья	1	1			Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
4.2	Зрение – это сила	1	1			Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)
4.3	Осанка – это красиво	1	1			Познавательные УУД: 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).
4.4	Весёлые переменки	1	1			Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.
4.5	Здоровье и домашние задания	1	1			Коммуникативные УУД: Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых
4.6	Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим , все болезни победим	1	1			

					<p>группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:</p> <p>социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
V	Чтоб забыть про докторов	4	4		
5.1	“Хочу остаться здоровым”.	1	1		<p>Регулятивные УУД:</p> <p>Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.</p> <p>Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)</p>
5.2	Вкусные и полезные вкусоности	1	1		<p>Познавательные УУД:</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>Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p>
5.3	<u>День здоровья</u> «Как хорошо здоровым быть»	1	1		<p>Коммуникативные УУД:</p> <p>Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>
5.4	«Как сохранять и укреплять свое здоровье»	1	1		<p>Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:</p> <p>социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
VI	Я и моё ближайшее окружение	3	3		
6.1	Моё настроение Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»	1	1		<p>Регулятивные УУД:</p> <p>Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.</p> <p>Проговаривать последовательность действий на уроке.</p> <p>Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному</p>

6.2	Вредные и полезные привычки	1	1		учителем плану. 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.
6.3	“Я б в спасатели пошел”	1	1		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. Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: 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
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2	2	
7.1	Опасности летом (просмотр видео фильма)	1	1		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.
7.2	Первая доврачебная помощь	1		1	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.
7.3	Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка»	1		1	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. Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: 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
7.4	Чему мы научились за год.	1	1		

					причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия
	Итого:	33	23	23	

2 класс

«Если хочешь быть здоров»

Цель: культура питания и этикет, понятие об иммунитете, закаливающие процедуры, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края.

Категория слушателей: обучающиеся 2 классов

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю (34 часа)

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего часов	Количество часов		Характеристика учебной деятельности
			аудиторные	внеаудиторные	
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	2	
1.1	Что мы знаем о ЗОЖ	1		1	Регулятивные УУД: 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)
1.2	По стране Здоровейке	1		1	Познавательные УУД: 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.
1.3	В гостях у Мойдодыра	1	1		
1.4	Я хозяин своего здоровья	1		1	Коммуникативные УУД: Учиться выполнять различные роли

					<p>в группе (лидера, исполнителя, критика).</p> <p>Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:</p> <p>социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
II	Питание и здоровье	5	3	2	
2.1	Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.	1	1		<p>Регулятивные УУД:</p> <p>Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.</p> <p>Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)</p> <p>Познавательные УУД:</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>Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД:</p> <p>Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p> <p>Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:</p> <p>социальная адаптация детей, расширение сферы общения,</p>
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	
III	Моё здоровье в моих руках	7	4	3	
3.1	Сон и его значение для здоровья человека	1	1		
3.2	Закаливание в домашних условиях	1	1		
3.3	<u>День здоровья</u> «Будьте здоровы»	1	1		
3.4	Иммунитет	1		1	
3.5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1		1	
3.6	Спорт в жизни ребёнка.	1	1		
3.7	Слагаемые здоровья	1		1	

					приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6	3	3	
4.1	Я и мои одноклассники	1	1		Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
4.2	Почему устают глаза?	1	1		Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов) Познавательные УУД: 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).
4.3	Гигиена позвоночника. Сколиоз	1		1	Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета. Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности:
4.4	Шалости и травмы	1		1	социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
4.5	«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление	1	1		
4.6	Умники и умницы	1		1	
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4	1	3	

5.1	С. Преображенский «Огородники»	1	1		Регулятивные УУД: 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)
5.2	Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков)	1		1	Познавательные УУД: 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).
5.3	<u>День здоровья</u> «Самый здоровый класс»	1		1	Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1		1	Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
VI	Я и моё ближайшее окружение	4	2	2	
6.1	Мир эмоций и чувств.	1	1		Регулятивные УУД: 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)
6.2	Вредные привычки	1	1		Познавательные УУД: Преобразовывать информацию из

6.3	«Веснянка»	1		1	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).
6.4	В мире интересного	1		1	Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета. Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2	2	
7.1	Я и опасность.	1	1		Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
7.2	Чем и как можно отравиться.	1		1	Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)
7.3	Первая помощь при отравлении	1	1		Познавательные УУД: 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).
7.4	Наши успехи и достижения	1		1	Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии

					<p>развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД: Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p> <p>Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
	Итого:	34	16	18	

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

« Мое здоровье»

3 класс

«По дорожкам здоровья»

Цель: интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, понятие о микробах, вредные привычки и их профилактика, применении лекарственных растений в профилактических целях.

Категория слушателей: обучающиеся 3 классов(34 часа)

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего часов.			Количество часов		Характеристика учебной деятельности
					аудиторные	внеаудиторные	
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	2			

1.1	«Здоровый образ жизни, что это?»	1		1	<p>Регулятивные УУД: 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)</p>
1.2	Личная гигиена	1		1	<p>Познавательные УУД: 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.</p>
1.3	В гостях у Мойдодыра	1	1		<p>Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
1.4	«Остров здоровья»	1		1	
II	Питание и здоровье	5	3	2	
2.1	Игра «Смак»	1	1		<p>Регулятивные УУД: 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)</p>
2.2	Правильное питание –залог физического и психологического здоровья	1		1	<p>Познавательные УУД: Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем)</p>
2.3	Вредные микробы	1	1		
2.4	Что такое здоровая пища и как её приготовить		1		
2.5	«Чудесный сундучок»	1		1	
III	Моё здоровье в моих руках	7	4	3	

3.1	Труд и здоровье	1	1	16.11.	<p>схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).</p> <p>Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД: Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p> <p>Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
3.2	Наш мозг и его волшебные действия	1	1	30/11	
3.3	<u>День здоровья</u> «Хочу остаться здоровым»	1	1	07.12	
3.4	Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.	1		14.12	
3.5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1		21.12	
3.6	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	1	1	28.12	
3.7	«Моё здоровье в моих руках»	1		10.01	
IV	Я в школе и дома	6	3	3	
4.1	Мой внешний вид –залог здоровья	1	1	18.01.	<p>Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.</p> <p>Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)</p> <p>Познавательные УУД: 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>Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД: Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). Средством формирования этих действий служит организация работы в</p>
4.2	«Доборечие»	1	1	25.01.	
4.3	Спектакль С. Преображнский «Капризка»	1		01.02.	
4.4	«Бесценный дар- зрение».	1		08.02.	
4.5	Гигиена правильной осанки	1	1	15.02.	

4.6	«Спасатели , вперёд!»	1		01.03.	парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков). Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
V	Чтоб забыть про докторов	4	1	3	
5.1	Шарль Перро «Красная шапочка»	1	1	15.03.	Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
5.2	Движение это жизнь	1		22.	Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов) Познавательные УУД: 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).
5.3	<u>День здоровья</u> «Дальше, быстрее, выше»	1		1\29.03.	Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета. Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1		1	
VI	Я и моё ближайшее окружение	4	2	2	

6.1	Мир моих увлечений	1	1	5.04.	Регулятивные УУД: 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)
6.2	Вредные привычки и их профилактика	1	1	12.	Познавательные УУД: 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: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
6.3	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	1		19.	
6.4	В мире интересного.	1		26.	
VII	«Вот и стали мы на год взрослых»	4	2	2	
7.1	Я и опасность.	1	1	10.05.	Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
7.2	Лесная аптека на службе человека	1		17.	Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)

7.3	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	1	1	24.	Познавательные УУД: 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).
7.4	Чему мы научились и чего достигли	1		31.	Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета. Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
	Итого:	34	16	18	

**УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
« Мое здоровье»
4 класс**

«Я, ты, он, она - мы здоровая семья»

Цель: формирование чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена школьной одежды, профилактика вредных привычек, культура эмоций и чувств.

Категория слушателей: обучающиеся 4 классов

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего часов.	Количество часов	Характеристика учебной деятельности
-------	-----------------------------------	--------------	------------------	-------------------------------------

					внеаудиторные а у д и т о р н ы е
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	3	
1.1	«Здоровье и здоровый образ жизни»	1		06.09.	Регулятивные УУД: 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)
1.2	Правила личной гигиены	1		13.	Познавательные УУД:
1.3	Физическая активность и здоровье	1	1	20.	Преобразовывать Как познать себя 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).
1.4	Как познать себя	1		27.	Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета. Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
II	Питание и здоровье	5	3		
2.1	Питание необходимое	1	1	04.10	Регулятивные УУД:

	условие для жизни человека				Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
2.2	Здоровая пища для всей семьи	1	1	18.	Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)
2.3	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	1	1	25.	Познавательные УУД: 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).
2.4	Секреты здорового питания. Рацион питания		1		Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.
2.5	«Богатырская силушка»	1	1		Коммуникативные УУД: 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).
III	Моё здоровье в моих руках	7	4		Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
3.1	Домашняя аптечка	1	1		
3.2	«Мы за здоровый образ жизни»	1	1		
3.3	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	1	1		
3.4	«Береги зрение с молодую».	1			
3.5	Как избежать искривления позвоночника	1			
3.6	Отдых для здоровья	1	1		
3.7	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье	1			
IV	Я в школе и дома	6	3		
4.1	«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»	1	1		Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
4.2	«Класс не улица ребята И запомнить это надо!»	1	1		Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)
4.3	Кукольный спектакль «Спешите делать добро»	1			Познавательные УУД: 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
4.4	Что такое дружба? Как дружить в школе?	1			

4.5	Мода и школьные будни	1	1		(предметных, рисунков, схематических рисунков). Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета. Коммуникативные УУД:
4.6	Делу время , потехе час.	1			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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
V	Чтоб забыть про докторов	4	1		
5.1	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1	1		Регулятивные УУД: 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)
5.2	<u>День здоровья</u> «За здоровый образ жизни»С.	1			Познавательные УУД: 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.
5.3	Кукольный спектакль Преображенский «Огородники»	1			Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1			Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

VI	Я и моё ближайшее окружение	4	2		
6.1	Размышление о жизненном опыте	1	1		<p>Регулятивные УУД: 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)</p> <p>Познавательные УУД: 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.</p> <p>Коммуникативные УУД: 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).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
6.2	Вредные привычки и их профилактика	1	1		
6.3	Школа и моё настроение	1			
6.4	В мире интересного.	1			
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2		
7.1	Я и опасность.	1	1		<p>Регулятивные УУД: 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)</p> <p>Познавательные УУД:</p>
7.2	Игра «Мой горизонт»	1			

7.3	Гордо реет флаг здоровья	1	1		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).
7.4	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»	1			Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета. Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
	Итого:	34	16		

Содержание программы

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Я и мое здоровье» предназначен для обучающихся 1-4 классов, с учётом реализации её учителями начальных классов, занимающихся вопросами обучения здоровому образу жизни с детьми в возрасте от 6 до 11 лет. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс — 33 часа в год, 2-4 классы -34 часа в год. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Мое здоровье» состоит из 7 разделов:

- «Вот мы и в школе»: личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма;
- «Питание и здоровье»: основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого;
- «Моё здоровье в моих руках»: влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата;
- «Я в школе и дома»: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона;
- «Чтоб забыть про докторов»: закаливание организма;
- «Я и моё ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов, значимые взрослые,

вредные привычки, настроение в школе и дома;

➤ «Вот и стали мы на год взрослей»: первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

В содержании программы перечисленные разделы возобновляются на протяжении четырех лет, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, закреплению социально одобряемой модели поведения обучающихся. Подобное содержание отражает взаимосвязь всех компонентов здоровья, подчеркивания взаимное влияние интеллектуальных способностей, коммуникативных умений, потребности в соблюдении личной гигиены, необходимости закаливания и правильного питания, эмоционального отношения к деятельности, умения оказывать первую доврачебную помощь на пропедевтическом уровне на общее благополучие человека и его успешность в различного рода деятельности.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Мое здоровье», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Мое здоровье» состоит из четырёх частей:

1. 1 класс «Первые шаги к здоровью»: первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.

1. 2 класс «Если хочешь быть здоров»: культура питания и этикет, понятие об иммунитете, закаливающие процедуры, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края.

2. 3 класс «По дорожкам здоровья»: интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, понятие о микробах, вредные привычки и их профилактика, применение лекарственных растений в профилактических целях.

3. 4 класс «Я, ты, он, она - мы здоровая семья»: формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена школьной одежды, профилактика вредных привычек, культура эмоций и чувств.

Содержание программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Мое здоровье» отражает социальную, психологическую и соматическую характеристику здоровья. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

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: представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, 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; навыков конструктивного общения; потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

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 укрепление 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, СРВИ, 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.

Раздел 1 Введение «Вот мы и в школе».(16 ч.)

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

1 класс 4 часа

Тема 1. Дорога к доброму здоровью

Тема 2 Здоровье в порядке- спасибо зарядке

Тема 3 В гостях у Мойдодыра

Кукольный спектакль

К. Чуковский «Мойдодыр»

Тема 4 Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр» (текущий контроль-праздник)

2 класс- 4 часа

Тема 1 Что мы знаем о ЗОЖ

Тема 2 По стране Здоровейке

Тема 3 В гостях у Мойдодыра

Тема 4 Я хозяин своего здоровья(текущий контроль- КВН)

3 класс – 4 часа

Тема 1 «Здоровый образ жизни, что это?»

Тема 2 Личная гигиена

Тема 3 В гостях у Мойдодыра

Тема 4 «Остров здоровья» (текущий контроль знаний - игра)

4 класс- 4 часа

Тема 2 «Здоровье и здоровый образ жизни» (1ч).

Тема 3. Правила личной гигиены(1ч)

Тема 3 Физическая активность и здоровье(1ч)

Тема 4 Как познать себя (Текущий контроль знаний –За круглым столом)

Раздел 2. Питание и здоровье (20ч.)

Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Знания об основных витаминах в продуктах питания; 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.

1 класс – 5 часов

- 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. Как и чем мы питаемся
- Тема 5 Красный, жёлтый, зелёный (Текущий контроль знаний- викторина)

2 класс- 5 часов

- Тема 1 Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.
- Тема 2. Культура питания. Этикет.
- Тема 3. Спектакль «Я выбираю кашу»
- Тема 4. «Что даёт нам море»
- Тема 5 Светофор здорового питания (Текущий контроль знаний- викторина)

3 класс- 5 часов

- Тема 1 Игра «Смак»
- Тема 2. Правильное питание –залог физического и психологического здоровья
- Тема 3. Вредные микробы
- Тема 4. Что такое здоровая пища и как её приготовить
- Тема 5 «Чудесный сундучок»Текущий контроль знаний – КВН

4 класс- 5 часов

- Тема 1 Питание необходимое условие для жизни человека
- Тема 2. Здоровая пища для всей семьи
- Тема 3. Как питались в стародавние времена и питание нашего времени
- Тема 4. Секреты здорового питания. Рацион питания
- Тема 5 «Богатырская силушка»Текущий контроль знаний –КВН

Раздел 3. Моё здоровье в моих руках(28ч.)

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.

1 класс (7 часов)

- Тема 1 Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим
- Тема 2. Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим
- Тема 3 Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк»
- Тема 4 Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»
- Тема 5 Как обезопасить свою жизнь
- Тема 6_День здоровья «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим»
- Тема 7 В здоровом теле здоровый дух Текущий контроль знаний(Викторина)

2 класс (7 часов)

- Тема 1 Сон и его значение для здоровья человека
- Тема 2. Закаливание в домашних условиях
- Тема 3_День здоровья «Будьте здоровы»
- Тема 4 Иммунитет
- Тема 5 Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.
- Тема 6 Спорт в жизни ребёнка.
- Тема 7 Слагаемые здоровья Текущий контроль знаний- за круглым столом

3 класс (7 часов)

- Тема 1 Труд и здоровье
- Тема 2. Наш мозг и его волшебные действия
- Тема 3 День здоровья«Хочу остаться здоровым»
- Тема 4 Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья

Тема 5 Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.

Тема 6 Экскурсия «Природа – источник здоровья»

Тема 7 «Моё здоровье в моих руках» Текущий контроль знаний-викторина

4 класс (7 часов)

Тема 1 Домашняя аптечка

Тема 2. «Мы за здоровый образ жизни»

Тема 3 Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»

Тема 4 «Береги зрение смолоду».

Тема 5 Как избежать искривления позвоночника

Тема 6 Отдых для здоровья

Тема 7 Умеем ли мы отвечать за своё здоровье Текущий контроль знаний-викторина

Раздел 4. Я в школе и дома (36ч.)

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.

1 класс (6 часов)

Тема 1 Мой внешний вид – залог здоровья .

Тема 2 Зрение – это сила

Тема 3 Осанка – это красиво

Тема 4 Весёлые переменки

Тема 5 Здоровье и домашние задания

Тема 6 Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим Текущий контроль знаний.

2 класс (6 часов)

Тема 1 Я и мои одноклассники

Тема 2. *Почему устают глаза?*

Тема 3 Гигиена позвоночника. Сколиоз

Тема 4 Шалости и травмы

Тема 5 «Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление

Тема 6 Умники и умницы Текущий контроль знаний

3 класс (6 часов)

Тема 1 Мой внешний вид – залог здоровья

Тема 2. «Доброречие»

Тема 3 Спектакль С. Преображнский «Капризка»

Тема 4 «Бесценный дар- зрение»

Тема 5 Гигиена правильной осанки

Тема 6 «Спасатели , вперёд!» Текущий контроль знаний

4 класс (6 часов)

Тема 1 «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»

Тема 2. «Класс не улица ребята! И запомнить это надо!»

Тема 3 Кукольный спектакль «Спешите делать добро»

Тема 4 Что такое дружба? Как дружить в школе?

Тема 5 Мода и школьные будни

Тема 6 Делу время , потехе час. Текущий контроль знаний- игра викторина

Раздел 5. Чтоб забыть про докторов (16ч.)

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

1 класс (4 часа)

Тема 1 *Хочу остаться здоровым*

Тема 2. Вкусные и полезные вкусоности

Тема 3. День здоровья_ «Как хорошо здоровым быть»

Тема 4«Как сохранять и укреплять свое здоровье» Текущий контроль знаний- круглый стол

2 класс (4 часа)

Тема 1 С. Преображенский «Огородники»

Тема 2. Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков)

Тема 3 День здоровья «Самый здоровый класс»

Тема 4 «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы

Текущий контроль знаний- городской конкурс«Разговор о правильном питании»

3 класс (4 часа)

Тема 1 Шарль Перро «Красная шапочка»

Тема 2. Движение это жизнь

Тема 3 День здоровья «Дальше, быстрее, выше»

Тема 4«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»

4 класс (4 часа)

Тема 1Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься

Тема 2. День здоровья_«За здоровый образ жизни».

Тема 3 Кукольный спектакль Преображенский «Огородники»

Тема 4«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»

Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение (15 ч.)

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.

1 класс (3 часа)

Тема 1 Моё настроение. Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»

Тема 2. Вредные и полезные привычки.

Тема 3 Я б в спасатели пошел” Текущий контроль знаний- ролевая игра

2 класс (4 часа)

Тема 1 Мир эмоций и чувств

Тема 2. Вредные привычки

Тема 3 «Веснянка»

Тема 4 В мире интересного. Текущий контроль знаний- Научно –практическая конференция

3 класс (4 часа)

Тема 1 Мир моих увлечений

Тема 2. Вредные привычки и их профилактика

Тема 3 Добро лучше , чем зло, зависть, жадность.

Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»

Тема 4 В мире интересного. Текущий контроль знаний- Научно –практическая конференция

4 класс (4 часа)

Тема 1 Размышление о жизненном опыте

Тема 2. Вредные привычки и их профилактика

Тема 3 Школа и моё настроение

Тема 4 В мире интересного. Текущий контроль знаний- итоговая диагностика

Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей» (16ч.)

Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

1 класс (4 часа)

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 Чему мы научились за год. Итоговый контроль знаний- диагностика.

2 класс (4 часа)

Тема 1 Я и опасность.

Тема 2. Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»

Тема 3 Первая помощь при отравлении

Тема 4 Наши успехи и достижения. Итоговый контроль знаний- диагностика

3 класс (4 часа)

Тема 1 Я и опасность.

Тема 2. Лесная аптека на службе человека

Тема 3 Игра «Не зная броду, не суйся в воду»

Тема 4 Чему мы научились и чего достигли. Итоговый контроль знаний- диагностика.

4 класс (4 часа)

Тема 1 Я и опасность.

Тема 2. Игра «Мой горизонт»

Тема 3 Гордо реет флаг здоровья

Тема 4 «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». итоговый контроль знаний- Диагностика.

Составление книги здоровья.

№ темы	Темы экскурсий	Часы
3.4.	«Сезонные изменения и как их принимает человек»	1
3.6	«Природа – источник здоровья»	1
3.6.	«У природы нет плохой погоды»	1
	<i>ИТОГО:</i>	

Предполагаемые результаты.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

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 внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Мое здоровье» является формирование следующих умений:

- **Определять** и **высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех 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.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению « Мое здоровье» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. 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).

2. 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.

3. 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 внеурочной деятельности:

- 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 проявлениях.

5. Формы и виды контроля.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Я и мое здоровье», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Социально одобряемая модель поведения может быть выработана только в результате вовлечения обучающихся в здоровьесберегающие практики. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, КВНы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

Методические рекомендации.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Мое здоровье» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностноориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования и спроектирована с учётом нивелирования вышеперечисленных школьных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья младших школьников.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующей цели:

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

Цель конкретизирована следующими **задачами**:

1. Формирование:

- представлений о: факторах, оказывающих влияющих 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;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

1. Обучение:

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

Цель и задачи программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Мое здоровье» соответствуют цели и задачам основной образовательной программы.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника школы, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием. А значит, образ выпускника - это не конечный результат, не итог в развитии личности, а тот базовый уровень, развитию и становлению которого должна максимально способствовать школы.

Следовательно, выпускник младших классов школы как современного образовательного учреждения должен иметь устойчивый интерес к учению, наблюдательность, осведомленность, применять знания на практике, быть исполнительным, уверенным, инициативным, добросовестным, заботливым, аккуратным, правдивым, креативным, инициативным, чувствовать доброту, иметь привычку к режиму, навыки гигиены, уметь согласовывать личное и общественное, иметь навыки самоорганизации, открытый внешнему миру.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;

- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Моё здоровье» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 35 минут.

Занятия проводятся 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.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника

формы проведения занятия и виды деятельности	тематика
игры	Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим “Я б в спасатели пошел” «Остров здоровья» «Состояние экологии и её влияние на организм человека»
беседы	Полезные и вредные продукты Гигиена правильной осанки «Доброречие» Мой внешний вид –залог здоровья Как питались в стародавние времена и питание нашего времени Мода и школьные будни Как защититься от простуды и гриппа
тесты и анкетирование	Чему мы научились за год. «Правильно ли вы питаетесь?» Чему мы научились и чего достигли«Что мы знаем о здоровье» «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни» «Мои отношения к одноклассникам» «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»
круглые столы	«Как сохранять и укреплять свое здоровье» Мир моих увлечений
школьные конференции	В мире интересного
просмотр тематических видеофильмов	«Как сохранить и укрепить зрение» «Быстрое развитие памяти» «Человек» «Мышление и мы»

экскурсии	Клещевой энцефалит Вредные и полезные растения. «Сезонные изменения и как их принимает человек» «Природа – источник здоровья» «У природы нет плохой погоды»
дни здоровья, спортивные мероприятия	«Дальше, быстрее, выше» «Хочу остаться здоровым» . «За здоровый образ жизни»
конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок	В здоровом теле здоровый дух «Моё настроение» Вредные и полезные растения. Выставка рисунков «Какие чувства вызвала музыка» «Продукты для здоровья» «Мы за здоровый образ жизни» «Нет курению!» Выпуск плакатов «Продукты для здоровья»
решение ситуационных задач	Культура питания. Этикет. Лесная аптека на службе человека Вредные привычки
участие в проектной деятельности	«Разговор о правильном питании» «Вкусные и полезные вкусоности» «Хлеб всему голова» «Что даёт нам море»

Формы подведения итогов: праздник, научно-практическая конференция КВН, презентация проекта ,выпуск школьной стенгазеты,предстввление портфолио(папка с накоп.материалами)

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению « Мое здоровье» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

7.Литература.

- 1.Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2010.- 205 с.
- 2.Бабкина, Н.В. О психологической службе в условиях учебно-воспитательного комплекса // Начальная школа – 2009 – № 12 – С. 3–6.
- 3.Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
- 4.Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, 2007 г., - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)
- 5.Захаров. А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2010. - 85 с.
- 6.Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2012. – № 11. – С. 75–78.
- 7.Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2004. – 124 с.

8.Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.

9.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, 2012. - 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 - 2009, с.57.

14.Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение. – М.: 2008. – 120 с.

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Количество	Дата	Характеристика учебной деятельности
-------	-----------------------------------	------------	------	-------------------------------------

		часов			
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	Пл н	Факт	
1.1	«Здоровье и здоровый образ жизни»	1			Регулятивные УУД: 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)
1.2	Правила личной гигиены	1			Познавательные УУД: 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.
1.3	Физическая активность и здоровье	1			Коммуникативные УУД: 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 внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
1.4	Как познать себя	1			
II	Питание и здоровье	5			
2.1	Питание необходимое условие для жизни человека	1			Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
2.2	Здоровая пища для всей семьи	1			Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)
2.3	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	1			

2.4	Секреты здорового питания. Рацион питания				<p>Познавательные УУД: 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>Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД: 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).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
2.5	«Богатырская силушка»	1			
III	Моё здоровье в моих руках	7			
3.1	Домашняя аптечка	1			
3.2	«Мы за здоровый образ жизни»	1			
3.3	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	1			
3.4	«Береги зрение с молодую».	1			
3.5	Как избежать искривления позвоночника	1			
3.6	Отдых для здоровья	1			
3.7	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье	1			
IV	Я в школе и дома	6			
4.1	«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»	1			<p>Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.</p> <p>Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)</p> <p>Познавательные УУД: 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>Средством формирования этих действий служит учебный материал и</p>
4.2	«Класс не улица ребята И запомнить это надо!»	1			
4.3	Кукольный спектакль «Спешите делать добро»	1			
4.4	Что такое дружба? Как дружить в школе?	1			

4.5	Мода и школьные будни	1			<p>задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД: 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).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
4.6	Делу время , потехе час.	1			<p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
V	Чтоб забыть про докторов	4			
5.1	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1			<p>Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.</p>
5.2	<u>День здоровья</u> «За здоровый образ жизни»С.	1			<p>Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)</p> <p>Познавательные УУД: 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>
5.3	Кукольный спектакль Преображенский «Огородники»	1			<p>Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД: 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).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусоности	1			<p>задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД: 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).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>

VI	Я и моё ближайшее окружение	4			
6.1	Размышление о жизненном опыте	1			Регулятивные УУД: 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)
6.2	Вредные привычки и их профилактика	1			Познавательные УУД: 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.
6.3	Школа и моё настроение	1			Коммуникативные УУД: 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).
6.4	В мире интересного.	1			Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4			
7.1	Я и опасность.	1			Регулятивные УУД: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
7.2	Игра «Мой горизонт»	1			Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов)

7.3	Гордо реет флаг здоровья	1		24.05.	<p>Познавательные УУД: 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>Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД: 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).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
7.4	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»	1		31.05.	<p>Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.</p> <p>Коммуникативные УУД: 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).</p> <p>Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.</p>
	Итого:	34			