

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Новотыловская средняя общеобразовательная школа»

ул. Школьная, д. 20, с. Новотыловка, Ялуторовский район, Тюменская область, 627050

тел./факс 8 (34535) 34-1-60, e-mail: novot_school@mailbox.ru

ОКПО 45782046, ОГРН 1027201465741, ИНН/КПП 7228065312/720701001

РАССМОТРЕНА и ОДОБРЕНА
на заседании
методического совета
МАОУ «Новотыловская СОШ»
протокол № 1 от 31.08.2022

УТВЕРЖЕНА:
приказом № 222 от 01.09.2022

директора школы

Ф.Ф.Касимова



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Здоровячки»
(Спортивно-оздоровительное направление)

1-4 классы
(начальное общее образование)

Составитель: Каримова Венера Мунировна
учитель начальных классов
первой квалификационной категории

2022 год

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

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению «Здоровячки» предназначена 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 135 часов из расчета 1 час в неделю:

- 33 часа на первом году обучения;
- 34 часа на втором году обучения;
- 34 часа на третьем году обучения;
- 34 часа на четвертом году обучения.

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

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

Учащиеся должны знать

- основные группы растительных организмов;
- самоценность любого организма;
- значение тепла, света, воздуха, почвы для живых существ, связи между ними (примеры);
- значение растений в жизни человека, условия их выращивания и правила ухода;
- многообразие растений, грибов, экологические связи между ними;
- основные виды растений;
- человек существо природное и социальное; разносторонние связи человека с окружающей природной средой;
- различия съедобных и несъедобных грибов;
- способы сохранения окружающей природы;
- что такое наблюдение и опыт;

Учащиеся должны уметь:

- узнавать растения в природе, на картинках, по описанию;
- выполнять правила экологически обоснованного поведения в природе;
- применять теоретические знания при общении с живыми организмами и в практической деятельности по сохранению природного окружения и своего здоровья;
- ухаживать за культурными растениями (посильное участие);
- доказывать, уникальность и красоту каждого природного объекта;
- заботиться о здоровом образе жизни;
- предвидеть последствия деятельности людей в природе (конкретные примеры);
- наблюдать предметы и явления природы по предложенному плану или схеме;

- оформлять результаты наблюдений в виде простейших схем, знаков, рисунков, описаний, выводов;
- ставить простейшие опыты с объектами неживой природы.

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

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по эколого-биологическому направлению «Волшебный мир растений» обучающиеся должны **знать**:

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

уметь:

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

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

Планируемые результаты освоения обучающимися

программы внеурочной деятельности

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 и универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; основы 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 спортивно-оздоровительному направлению «Здоровячки» 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 спортивно-оздоровительному направлению «Здоровячки» - 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).

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Основные требования к учащимся,

окончивших курс «Здоровячки».

Обучающийся должен уметь:

1) называть:

- основные правила здорового и безопасного образа жизни;
- правила поведения в природе, общественных местах, учреждениях культуры.

2) различать (соотносить):

- основные нравственно-этические понятия (сочувствие – равнодушие, трудолюбие – лень, заботливость, внимательность, доброта и т.д.)

3) решать задачи в учебных и бытовых ситуациях:

- выполнять режим своего дня;
- оценивать результаты своей и чужой работы, а также отношение к ней;
- выполнять правила поведения в опасных для жизни ситуациях;
- выполнять трудовые поручения;
- характеризовать значение природы для человека и правила отношения к ней.

Формы контроля: защита выполненных проектов, конкурсы выполненных работ, тестирование

Критерии оценки знаний, умений и навыков.

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

Средний уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по курсу, умение систематизировать и подбирать необходимую литературу, проводить исследования и опросы, иметь представление о учебно-исследовательской деятельности, участие в конкурсах, выставках, организации и проведении мероприятий.

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

Программа внеурочной деятельности по направлению «Здоровячки» состоит из пяти блоков:

1 класс - «Здоровье – это чистота!» под девизом «А нечистым трубочистам стыд и срам».

Предполагаемые результаты:

- ознакомление с гигиенической культурой;
- развитие адаптационных возможностей;
- формирование навыков санитарно – гигиенической культуры.

2 класс - «Здоровье – это личная гигиена и безопасность!», под девизом «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»

Предполагаемые результаты

- приобщение к гигиенической культуре;
- формирование у обучающихся потребности соблюдения правил личной гигиены.

3 класс - «Здоровье – это правильное питание», под девизом «Для нашего здоровья полноценная еда – важнейшее условие».

Предполагаемые результаты:

- формирование у детей стремления к правильному питанию;
- расширение представлений о продуктах, необходимых для здоровья и нормальной жизнедеятельности; стимулирование познавательной активности

4 класс - «Здоровье – это жизнь без вредных привычек», под девизом «Твое здоровье – в твоих руках».

Предполагаемые результаты:

- формирование у детей стремления к здоровому образу жизни;
- расширение представлений о вреде табака и алкоголя на здоровье ребёнка;

Тематическое планирование кружка «Здоровячки»

1 класс

№	Темы занятий	Количество часов		Сроки	
		Теор.	Практ.	План	Факт
1	Адаптационная игра «Наша школа» (ПБ в школе).	0,5	0,5		
2	Урок 1. «Советы доктора Воды»	0,5	0,5		
3	Урок 2. «Друзья и мыло»	0,5	0,5		
4	Час здоровья «Золотые правила питания».	0,5	0,5		
5	Урок 3. «Глаза – помощники человека» Анкетирование «Питание глазами учащихся»	0,5	0,5		
6	ЧИО «Следите за своей осанкой».	0,5	0,5		
7	Урок 4. «Чтобы уши слышали»	0,5	0,5		
8	Урок 5. «Почему болят зубы?»	0,5	0,5		
9	Весёлые старты «Богатырская наша сила»		1		
10	Урок 6. «Чтобы зубы были здоровыми». Конкурс рисунков о здоровье.	0,5	0,5		
11	Урок 7. «Как сохранить улыбку красивой». Адаптационная игра «Наш класс»	0,5	0,5		
12	Праздник подвижных игр с мячом и скакалкой.		1		
13	Урок 8. «Рабочие инструменты» человека».	0,5	0,5		
14	Урок 9. «Зачем человеку кожа?».	0,5	0,5		
15	Игры на свежем воздухе «Здравствуй, зимушка - зима, игры нам придумала сама».		1		
16	Урок 10. «Надёжная защита человека».	0,5	0,5		
17.	Урок 11. «Если кожа повреждена»	0,5	0,5		
18	Урок 12. Игровая программа «Каша к завтраку нужна, каша к завтраку важна».	0,5	0,5		
19	Урок 13 «Здоровая пища для всей семьи»	0,5	0,5		
20	Урок 14. «Я ученик»	0,5	0,5		

	Сказочная эстафета.				
21	Урок 15. «Весёлый бутерброд»		1		
22	Урок 16. «Я пришёл из школы».	0,5	0,5		
23	ЧИО «Фрукты, ягоды и овощи – кладовая здоровья».	0,5	0,5		
24	Урок 17. «Как настроение?»	0,5	0,5		
25	Урок 18. «Сон – лучшее лекарство»	0,5	0,5		
26	Урок 19. «Вредные привычки»	0,5	0,5		
27	Урок 20. «Овощной зоопарк»	0,5	0,5		
28	Урок 21. «Скелет – наша опора»	0,5	0,5		
29	Урок 22. «Осанка - стройная спина» Весёлые старты «Прыг, скок шоу»	0,5	0,5		
30	Урок 23. «Если хочешь быть здоров!» «Молочная страна». Анкетирование «Умеешь ли ты беречь своё здоровье?»	0,5	0,5		
31	Урок 24. «Правила безопасности на воде» Анкетирование «Питание глазами учащихся»	0,5	0,5		
32	Урок 24. «Доктора природы»	0,5	0,5		
33	Проект «Наша школа – территория здоровья».		1		
ВСЕГО ЧАСОВ:		14 ч.	19 ч.		

Тематическое планирование кружка «Здоровячки»

2 класс

№	Темы занятий	Количество часов		Сроки	
		Теор.	Практ.	План	Факт
1	Урок безопасности жизнедеятельности.	0,5	0,5		
2	1.Урок 1. «Причины болезни». 2. Практическое занятие «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище).	0,5	0,5		
3	1. Анкетирование «Проблемы здорового образа жизни». 2. Урок 2. «Признаки болезни».	0,5	0,5		
4	1. Анкетирование « Самооценка школьниками факторов риска ухудшения здоровья». 2. Час здоровья «Золотые правила питания»	0,5	0,5		
5	1. Анкетирование «Питание глазами учащихся», «Куда ты идёшь?». 2. ЧИО «Следите за своей осанкой».	0,5	0,5		

6	1. Урок 3. «Как здоровье?» Тест «Твоё здоровье». 2. Весёлые старты «Богатырская наша сила»	0,5	0,5		
7	Урок 4. «Здоровый образ жизни».	0,5	0,5		
8	1. Урок 5. «Какие врачи нас лечат». 2. Дид. игра «Витаминная семья».	0,5	0,5		
9	Проект «Фрукты, ягоды и овощи – кладовая здоровья».		1		
10	1. Урок 6. «Инфекционные болезни». 2. Конкурс рисунков о здоровье.	0,5	0,5		
11	1. Урок 7. «Прививки от болезней». 2. Праздник подвижных игр с мячом и скакалкой.	0,5	0,5		
12	Урок 8. «Какие лекарства мы выбираем».	0,5	0,5		
13	1. Урок 9. «Домашняя аптечка». 2. Практическое занятие «Скуку, простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье».	0,5	0,5		
14	1. Урок 10. «Отравление лекарствами». 2. Игровые двигательные упр. с газетой и мячом.	0,5	0,5		
15	1. Проект «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу».		1		
16	1. Урок 11. «Пищевые отравления» 2. Футбол на снегу.	0,5	0,5		
17.	1. Урок 12. «Если солнечно и жарко» 2. Игра-конкурс «Поешь рыбки –будут ноги прытки»	0,5	0,5		
18	1.Урок 13 «Здоровая пища для всей семьи». 2. «Весёлый бутерброд».	0,5	0,5		
19	1. Урок 14. «Если на улице дождь и гроза» 2. Сказочные эстафеты.	0,5	0,5		
20	1. Урок 15. «Как уберечься от мороза»	0,5	0,5		
21	1. Урок 16. «Опасность в нашем доме»	0,5	0,5		
22	Весёлые поединки «Богатырские игрища»		1		
23	1. Урок 17. «Вода – наш друг» 2. Мини футбол на снегу.	0,5	0,5		
24	1. Урок 18. «Травмы» 2. Я выбираю движение.	0,5	0,5		
25	1. Час здоровья «Гигиена зрения» (гимнастика для глаз) 2. Эстафета с мячом «Мой любимый звонкий мяч».		1		
26	1. Урок 19. «Укусы насекомых и змеи»	0,5	0,5		

	2. Проект «Пора ужинать» (меню).				
27	Урок 20. «Что мы знаем про кошек и собак»	0,5	0,5		
28	1. Урок 21. «Отравления ядовитыми растениями» 2. Проект «Дружеский десерт»	0,5	0,5		
29	Урок 22. «Отравление угарным газом»	0,5	0,5		
30	1.ЧИО «Здоровье – это бесценный дар» 2. Весёлые старты «Прыг, скок шоу»	0,5	0,5		
31	1.Урок 23. «Как помочь себе при тепловом ударе» 2. Анкетирование «Умеешь ли ты беречь своё здоровье»	0,5	0,5		
32	1. Урок 24. «Переломы и растяжения связок» 2. Анкетирование «Питание глазами учащихся», «Куда ты идёшь?».	0,5	0,5		
33	1. Анкетирование « Самооценка школьниками факторов риска ухудшения здоровья». 2. Урок 25. «Если ты ушибся или порезался»	0,5	0,5		
34	2.Анкетирование «Проблемы здорового образа жизни». 3. Урок 26. «Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело»	0,5	0,5		
ВСЕГО ЧАСОВ:		15	19		

Тематическое планирование кружка «Здоровячки»

3 класс

№	Темы занятий	Количество часов		Сроки	
		Теор.	Практ.	План	Факт
1	Урок безопасности жизнедеятельности.	0,5	0,5		
2	1. Урок 1. «Если хочешь быть здоов». 2. Практическое занятие «Цена ломтика».	0,5	0,5		
3	1.Анкетирование «Проблемы здорового образа жизни». 2. Урок 2. «Самые полезные продукты».	0,5	0,5		
4	1.Анкетирование « Самооценка школьниками факторов риска ухудшения здоровья». 2. Урок 3. «Чего не надо бояться?».	0,5	0,5		

5	1. Анкетирование «Питание глазами учащихся», «Питание глазами родителей», «Куда ты идёшь?». 2. КВН «Наше здоровье».		1		
6	1_Урок 4. «Как правильно есть». 2. Весёлые старты «Богатырская наша сила»	0,5	0,5		
7	1.Урок 5. «Все ли желания выполнимы?».	0,5	0,5		
8	1. Проект «Золотые правила питания». 3. Дид. игра «Витаминная семья»		1		
9	1. Урок 6. «Удивительные превращения пирожка». 2. Конкурс рисунков о здоровье.		1		
10	1. Урок 7. «Как воспитать в себе сдержанность?». 2. Практическое занятие «Скуку, простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье»		1		
11	1 Практическое занятие «Сервировка стола» (гигиена питания). 2. Праздник подвижных игр с мячом и скакалкой.		1		
12	Урок 8. Игра -конкурс «Чудо крупеничка»		1		
13	1. Урок 9. «Как отучить себя от вредных привычек?». 2. Игровые двигательные упр. с газетой и мячом.	0,5	0,5		
14	1. Проект «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу». 2. Игры на свежем воздухе «Здравствуй, зимушка - зима, игры нам придумала сама».		1		
15	Урок 10. «Плох обед, если хлеба нет».	0,5	0,5		
16	1. Урок 11. «Как вести себя, когда что-то болит?» 2. Мини футбол на снегу.	0,5	0,5		
17.	Урок 12. «Время есть булочки».	0,5	0,5		
18	Урок 13 «Здоровая пища для всей семьи»	0,5	0,5		
19	1. Урок 14. «Пора ужинать» 2. Сказочные эстафеты	0,5	0,5		
20	1. Урок 15. «Правила поведения за столом»		1		
21	1. Урок 16. «На вкус и цвет товарищей нет» 2. Я выбираю движение.		1		
22	1. ЧИО «Грипп – это не модно и разорительно» 2 Весёлые поединки «Богатырские игрища»	0,5	0,5		
23	Урок 17. «Как помочь больным и беспомощным».	0,5	0,5		
24	Урок 18. «Что надо есть, если хочешь стать сильнее?»	0,5	0,5		
25	1. Урок 19. «Где найти витамины весной?»		1		

	2. Эстафета с мячом «Мой любимый звонкий мяч».				
26	Проект «Весёлый бутерброд».		1		
27	Урок 20. Проект «Как утолить жажду».		1		
28	Урок 21. «Огонёк здоровья»	0,5	0,5		
29	2. Урок 22. «Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты». 3. Игра «Витаминиада»	0,5	0,5		
30	1.ЧИО «Здоровье – это бесценный дар» 2. Весёлые старты «Прыг, скок шоу»	0,5	0,5		
31	1.Урок 23. «Путешествие в страну здоровья» 2. Анкетирование «Умеешь ли ты беречь своё здоровье»	0,5	0,5		
32	1. Урок 23. «Всякому овощу – своё место» 2. Анкетирование «Питание глазами учащихся», «Куда ты идёшь?».	0,5	0,5		
33	1. Анкетирование «Самооценка школьниками факторов риска ухудшения здоровья». 2.Урок 24. «Пейте, дети, молоко, будете здоровы».		1		
34	1.Анкетирование «Проблемы здорового образа жизни». 2. Урок 25. «Культура здорового образа жизни» (урок-соревнование)		1		
ВСЕГО ЧАСОВ:			10ч.	24ч.	

Тематическое планирование кружка «Здоровячки»

4 класс

№	Темы занятий	Количество часов		Сроки	
		Теор.	Практ.	План	Факт
1	1. Урок безопасности жизнедеятельности.	0,5	0,5		
2	1. Урок 1. «Что такое здоровье?». 2. Практическое занятие «Из чего состоит наша пища».	0,5	0,5		
3	1.Анкетирование «Проблемы здорового образа жизни». 2. 2. Урок 2. «Что такое эмоции?».	0,5	0,5		
4	1.Анкетирование «Самооценка школьниками факторов риска ухудшения здоровья».	0,5	0,5		

	2. ЧИО «Золотые правила питания»				
5	1. Урок 3. «Стресс. Чувства и поступки». 2. Анкетирование «Питание глазами учащихся», «Питание глазами родителей», «Куда ты идёшь?».	0,5	0,5		
6	Проект «Витаминная семья»		1		
7	Урок 4. «Учимся думать и действовать».		1		
8	Урок 5. «Учимся находить причину и последствия событий».		1		
9	1. Урок 6. «Умей выбирать». «Весёлый бутерброд». 2. Конкурс рисунков о здоровье.		1		
10	1. Урок 7. «Что зависит от моего решения?». 2. Практическое занятие «Сервировка стола» (гигиена питания).	0,5	0,5		
11	Урок 8. «Злой волшебник – табак».	0,5	0,5		
12	Праздник подвижных игр с мячом и скакалкой.		1		
13	1. Урок 9. «Почему некоторые привычки называют вредными?». 2. Игровые двигательные упр. с газетой и мячом.	0,5	0,5		
14	1. ЧИО «Наше здоровье - в наших руках». 2. Игры на свежем воздухе «Здравствуй, зимушка - зима, игры нам придумала сама».		1		
15	1. Урок 10. «Почему вредной привычке ты скажешь: «НЕТ»?». 2. Футбол на снегу.	0,5	0,5		
16	1. Урок 11. «Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения» 2. Инсценировка «О Сидоровом Пашке – ужасном замарашке».		1		
17.	Урок 12. «Помоги себе сам (волевое поведение)»		1		
18	1. Урок 13 «Злой волшебник - алкоголь». 2. Сказочные эстафеты.	0,5	0,5		
19	1. Урок 14. «Алкоголь - ошибка» 2. Практическое занятие «Скуку, простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье»	0,5	0,5		
20	2. Урок 15. «Алкоголь - сделай выбор» 3. Игра «Витаминиада»	0,5	0,5		
21	1. Урок 16. «Злой волшебник - наркотик». 2. Мини футбол на снегу.	0,5	0,5		
22	1. ЧИО «Грипп – это не модно и разорительно»	0,5	0,5		

	2 Весёлые поединки «Богатырские игрища»				
23	1. Урок 17. «Наркотик - тренинг безопасного поведения».	0,5	0,5		
24	1. Урок 18. «Мальчики и девочки». 2. Игра «Здоровяк предупреждает».	0,5	0,5		
25	1. Урок 19. «Умеем ли мы правильно питаться?» 2. Эстафета с мячом «Мой любимый звонкий мяч».		1		
26	1. Час здоровья «Гигиена зрения» (гимнастика для глаз). 2. Проект «Это удивительное молоко».		1		
27	Урок 20. «Я выбираю кашу».		1		
28	1. Психологическое занятие «Дружеский десерт» 2. Урок 21. «Чистота и здоровье»	0,5	0,5		
29	2. Урок 22. «Откуда берутся грязнули? (игра – путешествие)». 3. Анкетирование «Отношение к своему здоровью»		1		
30	1. ЧИО «Здоровье – это бесценный дар» 2. Весёлые старты «Прыг, скок шоу»		1		
31	1. Анкетирование «Отношение к своему здоровью», «Умеешь ли ты беречь своё здоровье». 2. Урок 23. «Чистота и порядок»		1		
32	1. Урок 23. «Будем делать хорошо и не будем плохо» 2. Анкетирование «Питание глазами учащихся», «Куда ты идёшь?».		1		
33	1. Анкетирование «Самооценка школьниками факторов риска ухудшения здоровья». 2. Урок 24. Проект «Мы и наше здоровье»		1		
34	1. Анкетирование «Проблемы здорового образа жизни». 2. Урок 24 «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу»		1		
ВСЕГО ЧАСОВ:		7 ч.	27ч.		