

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности

по спортивно-оздоровительному направлению

«Здоровейка» 1 – 4 классы

на 2023 / 2024 учебный год

Учитель Кленина Майя Касимовна

Предмет внеурочная деятельность

Класс 1-4

Количество часов в неделю: 1 в неделю за год 34

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Здоровейка» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Программа рассчитана на 67 занятий (по 40 мин.) для обучающихся 1-4 классов:

1 класс – 33 занятия по 1 занятию в неделю;

2-4 классы – 34 занятия по 1 занятию в неделю.

Во 2-4 классах занятия спортивно-оздоровительного направления проводятся во второй половине дня. Занятия проходят по40 минут.

      Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» носит  образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

* 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.

Цели конкретизированы следующими **задачами:**

* ***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;
* ***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.

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.

Для реализациипрограммы «Здоровей-ка» необходима материально-техническая база:

1. ***Учебные пособия:***

-«Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при порезе», «Пропаганда здорового образа жизни», «Этикет», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз», «Хорошие манеры»; схемы: витаминная тарелка, профилактика инфекционных заболеваний и др.;

-измерительные приборы: весы, часы и их модели.

1. ***Оборудование для  демонстрации мультимедийных презентаций:***компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.

Спортивный инвентарь:

Волейбольные мячи;

Баскетбольные мячи;

Канат;

Кегли или городки;

Скакалки;

Малые мячи;

Гимнастическая стенка;

Гимнастические скамейки;

Сетка волейбольная;

Щиты с кольцами;

Секундомер;

Маты;

Ракетки;

 Обручи.

**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 здоровьяу 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 спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка»  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 «Здоровей-ка» - 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.

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка» 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.

             В результате реализации программы  внеурочной деятельностипо 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.

***УЧЕБНЫЙ ПЛАН***

***«Здоровейка»***

***1 класс***

***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 год

**Режим занятий**: 1 час в неделю, 33 часа в год

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и дисциплин | Всего,  час. | В том числе | Форма  контроля |  |
|  |  |  | лекции | практи-ческие  занятия |  |
| I | Введение  «Вот мы и в школе». | 4 | 1 | 3 | праздник |
| II | Питание и здоровье | 5 | 3 | 2 | викторина |
| III | Моё здоровье в моих руках | 7 | 3 | 4 | Викторина |
| IV | Я в школе и дома | 6 | 3 | 3 | Игра - викторина |
| V | Чтоб забыть про докторов | 4 | 1 | 3 | Круглый стол |
| VI | Я и моё ближайшее окружение | 3 | 1 | 2 | Ролевая игра |
| VII | «Вот и стали мы на год  взрослей» | 4 | 2 | 2 | Диагностика |
|  | Итого: | 33 | 14 | 19 |  |

**Календарно-тематическое планирование**

***«Здоровейка»***

***1 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | **Тема занятия** | **Содержание занятия** | **Дата**  **Проведения** |
|  |  | **Народные игры** |  |
| 1 | Русская народная игра «У медведя во бору» | Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. |  |
| 2 | Русская народная игра «Филин и пташка». | Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. |  |
| 3 | Русская народная игра «Горелки». | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 4 | Русская народная игра «Кот и мышь». | Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. |  |
| 5 | Русская народная игра «Блуждающий мяч». | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 6 | Русская народная игра «Зарница» | Правила игры.  Проведение игры. Эстафета. |  |
|  |  | **Игры на развитие психических процессов.** |  |
| 7 | Игры на развитие восприятия. | Знакомство с правилами и проведениеигр «Выложи сам»,  «Магазин ковров»,  «Волшебная палитра». |  |
| 8 | «Моё здоровье в моих руках» Упражнения и игры на внимание | Упражнение «Ладонь – кулак», игры  «Ищи безостановочно»,  «Заметь всё»,  «Запомни порядок». |  |
| 9 | Игры на развитие памяти. | Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник». |  |
| 10 | Игры на развитие воображения. | Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай». |  |
| 11 | Игры на развитие мышления и речи. | Игры «Ну-ка, отгадай»,  «определим игрушку». |  |
| 12 | Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка. | Игры «Баба Яга»,  «Три характера». |  |
|  |  | **Подвижные игры** |  |
| 13 | Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками». | Правила игры. Строевые упражнения; перестроение. |  |
| 14 | Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз» | Правила игры. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. |  |
| 15 | Игра с мячом «Охотники и утки». | Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. |  |
| 16 | Весёлые старты с мячом. | Гимнастические упражнения. Эстафеты. |  |
| 17 | Игра «Волк во рву» | Игры с мячом: ловля, бросок, передача.. |  |
| 18 | Весёлые старты со скакалкой | Комплекс ОРУ со скакалкой. |  |
| 19 | Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки» | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 20  21 | Игры на свежем воздухе , «Метко в цель». | Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр.  Метание снежков в цель.  Правила игры. Проведение игры. |  |
|  |
| 22 | Игра «Совушка». | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 23 | Игра «Удочка» | Игры со скакалкой, мячом. |  |
| 24 | Игра «Перемена мест» | Построение. Строевые упражнения, перемещение. |  |
| 25 | Игра «Салки с мячом». | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 26 | Игра «Прыгай через ров» | Совершенствование координации движений. |  |
|  |  | **Спортивные игры** |  |
| 27 | Перестрелка | Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. |  |
| 28 | Перестрелка | Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Броски в корзину. |  |
| .29 | «Вот и стали мы на год  взрослей»  Перестрелка | Мониторинг  Проведение игры. |  |
| 30 | Спортивный праздник. | Игры, эстафеты, Весёлые минутки. |  |
| 31 | «Мяч поднимай-мышцы укрепляй» | Игры, эстафеты |  |
| 32 | «Быстро мяч передавай-свою ловкость развивай» | Игры, эстафеты |  |
| 33 | «Я в руках её кручу и скачу, скачу, скачу» | Игра |  |

***УЧЕБНЫЙ ПЛАН*** ***«Здоровейка» 2 класс***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и дисциплин | Всего  час. | В том числе | Форма  контроля |  |
|  |  |  | лекции | практи-ческие  занятия |  |
| I | Введение  «Вот мы и в школе». | 4 | 1 | 3 | КВН. |
| II | Питание и здоровье | 5 | 3 | 2 | викторина |
| III | Моё здоровье в моих руках | 7 | 3 | 2 | За круглым столом |
| IV | Я в школе и дома | 6 | 3 | 3 | КВН |
| V | Чтоб забыть про докторов | 4 | 1 | 3 | «Разговор о правильном питании» городской кокурс |
| VI | Я и моё ближайшее окружение | 4 | 2 | 2 | Школьная научно – практическая конференция |
| VII | «Вот и стали мы на год  взрослей» | 4 | 2 | 2 | Диагностика |
|  | Итого: | 34 | 16 | 18 |  |

**Календарно-тематическое планирование.**

***2 класс***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и дисциплин | Дата проведения |
| I  ***Введение  «Вот мы и в школе».*** |  |  |
| 1 | Что мы знаем о ЗОЖ |  |
| 2 | По стране Здоровейке |  |
| 3 | В гостях у Мойдодыра |  |
| 4 | Я хозяин своего здоровья |  |
| II  ***Питание и здоровье*** |  |  |
| 5 | Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь. |  |
| 6 | Культура питания. Этикет. |  |
| 7 | Спектакль «Я выбираю кашу» |  |
| 8 | «Что даёт нам море» |  |
| 9 | Светофор здорового питания |  |
| III  ***Моё здоровье в моих руках*** |  |  |
| 10 | Сон и его значение для здоровья человека |  |
| 11 | Закаливание в домашних условиях |  |
| 12 | День здоровья  «Будьте здоровы» |  |
| 13 | Иммунитет |  |
| 14 | Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”. |  |
| 15 | Спорт в жизни ребёнка. |  |
| 16 | Слагаемые здоровья |  |
| IV  ***Я в школе и дома*** |  |  |
| 17 | Я и мои одноклассники |  |
| 18 | Почему устают глаза? |  |
| 19 | Гигиена позвоночника. Сколиоз |  |
| 20 | Шалости и травмы |  |
| 21 | «Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление |  |
| 22 | Умники и умницы |  |
| V  ***Чтоб забыть про докторов*** |  |  |
| 23 | С. Преображенский «Огородники» |  |
| 24 | Как защитить себя от болезни. (Выставка рисунков) |  |
| 25 | День здоровья   «Самый здоровый класс» |  |
| 26 | «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности |  |
| VI  ***Я и моё ближайшее окружение*** |  |  |
| 27 | Мир эмоций и чувств. |  |
| 28 | Вредные привычки |  |
| 29 | «Веснянка» |  |
| 30 | В мире интересного |  |
| VII  ***«Вот и стали мы на год  взрослей»*** |  |  |
| 31 | Я и опасность. |  |
| 32 | Чем и как можно отравиться.  Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы» |  |
| 33 | Первая помощь при отравлении |  |
| 34 | Наши успехи и достижения |  |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН «Здоровейка»** **3 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и дисциплин | Всего,  час. | В том числе | Форма  контроля |  |
|  |  |  | лекции | практи-ческие  занятия |  |
| I | Введение  «Вот мы и в школе». | 4 | 1 | 3 | праздник |
| II | Питание и здоровье | 5 | 3 | 2 | викторина |
| III | Моё здоровье в моих руках | 7 | 3 | 4 |  |
| IV | Я в школе и дома | 6 | 3 | 3 |  |
| V | Чтоб забыть про докторов | 4 | 1 | 3 |  |
| VI | Я и моё ближайшее окружение | 4 | 2 | 2 | Соревнование |
| VII | «Вот и стали мы на год  взрослей» | 4 | 2 | 2 | Диагностика |
|  | Итого: | 34 | 16 | 18 |  |

**Календарно-тематическое планирование.**

**«Здоровейка»** **3 класс**

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

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН** **«Здоровейка»** **4 класс**

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

**Календарно-тематическое планирование.**

**«Здоровейка»**

**4 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и дисциплин | Дата проведения |
| I  ***Введение  «Вот мы и в школе».*** |  |  |
| 1 | «Здоровье и здоровый образ жизни» |  |
| 2 | Правила личной гигиены |  |
| 3 | Физическая активность и здоровье |  |
| 4 | Как познать себя |  |
| II  ***Питание и здоровье*** |  |  |
| 5 | Питание необходимое условие для жизни человека |  |
| 6 | Здоровая пища для всей семьи |  |
| 7 | Как питались в стародавние времена  и питание нашего времени |  |
| 8 | Секреты здорового питания. Рацион питания |  |
| 9 | «Богатырская силушка» |  |
| III  ***Моё здоровье в моих руках*** |  |  |
| 10 | Домашняя аптечка |  |
| 11 | «Мы за здоровый образ жизни» |  |
| 12 | Марафон «Сколько стоит твоё здоровье» |  |
| 13 | «Береги зрение смолоду». |  |
| 14 | Как избежать искривления позвоночника |  |
| 15 | Отдых для здоровья |  |
| 16 | Умеем ли мы отвечать за своё здоровье |  |
| IV  ***Я в школе и дома*** |  |  |
| 17 | «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим» |  |
| 18 | «Класс не улица ребята  И запомнить это надо!» |  |
| 19 | Кукольный спектакль   «Спеши делать добро» |  |
| 20 | Что такое дружба? Как дружить в школе? |  |
| 21 | Мода и школьные будни |  |
| 22 | Делу время, потехе час. |  |
| V  ***Чтоб забыть про докторов*** |  |  |
| 23 | Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься |  |
| 24 | День здоровья  «За здоровый образ жизни» |  |
| 25 | Кукольный спектакль   Преображенский «Огородники» |  |
| 26 | «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности |  |
| VI  ***Я и моё ближайшее окружение*** |  |  |
| 27 | Размышление о жизненном опыте |  |
| 28 | Вредные привычки и их профилактика |  |
| 29 | Школа и моё настроение |  |
| 30 | В мире интересного. |  |
| VII  ***«Вот и стали мы на год  взрослей»*** |  |  |
| 31 | Я и опасность. |  |
| 32 | Игра «Мой горизонт» |  |
| 33 | Гордо реет флаг здоровья |  |
| 34 | «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни» |  |

**Учебно-методическое обеспечение**

1. учебник по физической культуре 1-4 класс В.И.Лях издательство: Москва «Просвещение» 2014