**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по учебному курсу внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Здоровейка» составлена на основании ФГОС, соответствующей Примерной ООП НОО.

**1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления секции «Здоровейка»**

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению секции «Здоровейка» учащиеся научатся:

* 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 учащихся 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, учащиеся 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.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления секции «Здоровейка»**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка» носит комплексный характер, что отражено в межпредметных связях с такими учебными дисциплинами как: литературное чтение, окружающий мир, технология, изобразительное искусство, физическая культура, музыка.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **предмет** | **содержание** **учебной дисциплины** | **Содержание программы** **«Здоровейка»** |
| Литературное чтение | Чтение произведений Ю.Тувима, русских народных сказок, сказка «Колобок».Устное народное творчество. | Просмотр кукольных спектаклей. Подбор пословиц и поговорок. |
| Окружающий мир | Сезонные изменения в природе.Организм человека.Опора тела и движение.Наше питание. | Экскурсия «У природы нет плохой погоды».Осанка – это красиво.Умеем ли мы питаться. |
| Технология | От замысла к результату. Технологические операции. | Изготовление овощей и фруктов из солёного теста. |
| Изобразительное искусство | Мир фантазии. | Мир эмоций и чувств. Выставка рисунков «Какие чувства вызвала музыка». |
| Физическая культура | Отличие физических упражнений от обыденных. Эстафеты по преодолению препятствий.  | Зачем нужна зарядка по утрам? Разучиваем комплекс утренней зарядки. День здоровья «Дальше, быстрее, выше». |
| Музыка | Выразительность музыкальной интонации. | Мир эмоций и чувств. Прослушивание музыкальных композиций : Бетховина, Шопен, Штрауса, Глинки и т.д.  |

 **Особенности реализации программы внеурочной деятельности:**

**формы, виды деятельности**

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 будниКак 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»Клещевой энцефалит. Вредные и полезные растения. |
| экскурсии |  «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 |

**3. Тематическое планирование**

 **1 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  № п/п |  Название темы | Количество часов |
|  | Практическое занятие .Дорога к доброму здоровью | 1 |
|  | Практическое занятие .Здоровье в порядке- спасибо зарядке | 1 |
|  | В гостях у МойдодыраКукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр» | 1 |
|  | Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр» | 1 |
|  | Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники» | 1 |
|  | Практическое занятие .Культура питанияПриглашаем к чаю | 1 |
|  | Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться) | 1 |
|  | Как и чем мы питаемся | 1 |
|  | Викторина «Красный, жёлтый, зелёный» | 1 |
|  | Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим | 1 |
|  | Полезные и вредные продукты. | 1 |
|  | Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк» | 1 |
|  | Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек» | 1 |
|  | Как обезопасить свою жизнь Практическое занятие | 1 |
|  | День здоровья «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим» Практическое занятие | 1 |
|  |  В здоровом теле здоровый дух Практическое занятие | 1 |
|  | Мой внешний вид –залог здоровья | 1 |
|  | Зрение – это сила | 1 |
|  | Осанка – это красиво Практическое занятие | 1 |
|  | Весёлые переменки Практическое занятие | 1 |
|  | Здоровье и домашние задания | 1 |
|  | Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим , все болезни победим Игра- викторина | 1 |
|  | “Хочу остаться здоровым”. | 1 |
|  | Вкусные и полезные вкусности Практическое занятие | 1 |
|  | День здоровья «Как хорошо здоровым быть» Практическое занятие | 1 |
|  |  «Как сохранять и укреплять свое здоровье» круглый стол | 1 |
|  | Моё настроение Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение» день вежливости | 1 |
|  | Вредные и полезные привычки | 1 |
|  | “Я б в спасатели пошел” Ролевая игра | 1 |
|  | Опасности летом (просмотр видео фильма) | 1 |
|  | Первая доврачебная помощь Практическое занятие | 1 |
|  | Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка» | 1 |
|  | Чему мы научились за год. диагностика | 1 |

**Календарно – тематическое планирование**

**1 класс (33 ч)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  № п/п |  Название раздела, темы | Количество часов | Дата |
|  | ***Введение «Вот мы и в школе».*** | 4 |  |
| 1 | Практическое занятие .Дорога к доброму здоровью | 1 |  |
|  2 | Практическое занятие .Здоровье в порядке- спасибо зарядке | 1 |  |
|  3 | В гостях у МойдодыраКукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр» | 1 |  |
| 4 | Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр» | 1 |  |
|  | ***Питание и здоровье*** | 5 |  |
|  5 | Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники» | 1 |  |
|  6 | Практическое занятие .Культура питанияПриглашаем к чаю | 1 |  |
|  7 | Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться) | 1 |  |
|  8 | Как и чем мы питаемся | 1 |  |
|  9 | Викторина «Красный, жёлтый, зелёный» | 1 |  |
|  | ***Моё здоровье в моих руках*** | 7 |  |
|  10 | Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим | 1 |  |
|  11 | Полезные и вредные продукты. | 1 |  |
|  12 | Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк» | 1 |  |
|  13 | Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек» | 1 |  |
|  14 | Как обезопасить свою жизнь Практическое занятие | 1 |  |
|  15 | День здоровья «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим» Практическое занятие | 1 |  |
|  16 |  В здоровом теле здоровый дух Практическое занятие | 1 |  |
|  | ***Я в школе и дома*** | 6 |  |
|  17 | Мой внешний вид –залог здоровья | 1 |  |
|  18 | Зрение – это сила | 1 |  |
|  19 | Осанка – это красиво Практическое занятие | 1 |  |
|  20 | Весёлые переменки Практическое занятие | 1 |  |
|  21 | Здоровье и домашние задания | 1 |  |
|  22 | Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим , все болезни победим Игра- викторина | 1 |  |
|  | ***Чтоб забыть про докторов***  | 4 |  |
|  23 | “Хочу остаться здоровым”. | 1 |  |
|  24 | Вкусные и полезные вкусности Практическое занятие | 1 |  |
|  25 | День здоровья «Как хорошо здоровым быть» Практическое занятие | 1 |  |
|  26 |  «Как сохранять и укреплять свое здоровье» круглый стол | 1 |  |
|  | ***Я и моё ближайшее окружение*** | 3 |  |
|  27 | Моё настроение Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение» день вежливости | 1 |  |
|  28 | Вредные и полезные привычки | 1 |  |
|  29 | “Я б в спасатели пошел” Ролевая игра | 1 |  |
|  | ***«Вот и стали мы на год взрослей»*** | 4 |  |
|  30 | Опасности летом (просмотр видео фильма) | 1 |  |
|  31 | Первая доврачебная помощь Практическое занятие | 1 |  |
|  32 | Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка» | 1 |  |
|  33 | Чему мы научились за год. диагностика | 1 |  |
|  | Итого: | 33 |  |

**Тематическое планирование**

**2 класс**

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

**Календарно – тематическое планирование**

***2 класс* (34 ч)**

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

**Тематическое планирование**

3 класс

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

**Календарно – тематическое планирование**

***3 класс* (34 ч)**

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

**Тематическое планирование**

4 класс

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

**Календарно – тематическое планирование**

***4 класс* (34 ч)**

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