

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности**

**Направление: спортивно -оздоровительное  
Кружок: «Здоровейка»**

**1класс**

**2019-2020уч.год**

*Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе Примерных программ внеурочной деятельности, авторской программы кружка «Здоровейка» С.Д.Ганжи, в соответствии с Основной образовательной программой МБОУ «ОШ №27».*

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

- *Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;*
- *Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (далее ФГОС НОО) (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009 года № 373 (зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 года, регистрация № 17785), внесены изменения приказом Министерства образования и науки РФ от 26 ноября 2010 года (зарегистрирован Минюстом России 04 февраля 2011 года, регистрация №19707);*
- *Письмом Департамента общего образования Минобрнауки России «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования» (N 03-296 от 12 мая 2011 г.),.*
- *Приложением к письму( N 03-296 от 12 мая 2011 г.), «Методические материалы по организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях, реализующих общеобразовательные программы начального общего образования»;*
- *Федеральный базисный учебный план.*
- *Базисный учебный план образовательных организаций Республики Адыгея;*
- *Учебному плану МБОУ «ОШ №27» на 2019/2020 учебный год;*
- *Основной образовательной программу МБОУ « ОШ №27» основного общего образования на 2019-2020 уч.год;*
- *Годовому календарному графику МБОУ «ОШ №27» на 2019/2020 учебный год.*
- *Устав, локальные акты МБОУ «ОШ № 27»*

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению разработана на основе авторской программы кружка «Здоровейка» С.Д. Ганжи. Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» 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.

Программа «Здоровейка» направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация учащихся.

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:

### **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;

### **2. 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.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» 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 личностно-ориентированный 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 спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» 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. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» предназначен для обучающихся 1-4 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 2 часа в неделю: 1 класс — 66 часов. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

### ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СОДЕРЖАНИЯ КУРСА.

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

**Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

### Учебно-тематический план .

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка», 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 спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» состоит из **четырёх частей**:

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

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

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» **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.

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

### **Предполагаемая результативность курса**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья 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 «Здоровейка» 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 «Здоровейка» - 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.

**Требования к знаниям и умениям.**

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» 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 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.

### **КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ.**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка», 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.

#### ***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.



## Содержание программы.

### ***Раздел 1 Введение «Вот мы и в школе».(31 ч.)***

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

#### **1 класс 8 часов**

*Тема 1-2. Дорога к доброму здоровью*

*Тема 3-4Здоровье в порядке- спасибо зарядке*

*Тема 5-6В гостях у Мойдодыра*

*Кукольный спектакль*

*К. Чуковский «Мойдодыр»*

*Тема 7-8 Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр» (текущий контроль-праздник)*

### ***Раздел 2. Питание и здоровье (40ч.)***

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 – 10 часов**

*Тема 1-2Витаминная тарелка на каждый день.*

*Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники»*

*Тема 3-4. Культура питания. Приглашаем к чаю*

*Тема 5-6.Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)*

*Тема 7-9. Как и чем мы питаемся*

*Тема 10 Красный, жёлтый, зелёный (Текущий контроль знаний- викторина)*

### ***Раздел 3. Моё здоровье в моих руках( 54ч.)***

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 (12 часов)**

*Тема 1-2 Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим*

*Тема 3-4.Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим*

*Тема 5Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк»*

*Тема 6 Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»*

*Тема 7-10Как обезопасить свою жизнь*

*Тема 11День здоровья «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим»*

*Тема 12 В здоровом теле здоровый дух Текущий контроль знаний(Викторина)*

### ***Раздел 4. Я в школе и дома (48ч.)***

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 (12 часов)**

*Тема 1-2Мой внешний вид –залог здоровья .*

*Тема 3-4Зрение – это сила*

*Тема 5-6Осанка – это красиво*

*Тема 7-9Весёлые переменки*

*Тема 10-11Здоровье и домашние задания*

Тема 12 Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим Текущий контроль знаний.

**Раздел 5. Чтоб забыть про докторов( 32ч.)**

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

**1 класс (8 часов)**

*Тема 1-3 Хочу остаться здоровым*

*Тема 4-6. Вкусные и полезные вкусы*

*Тема 7. День здоровья «Как хорошо здоровым быть»*

*Тема 8«Как сохранять и укреплять свое здоровье» Текущий контроль знаний- круглый стол*

**Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение (31ч.)**

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 (7 часов)**

*Тема 1-3 Моё настроение. Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»*

*Тема 4-6. Вредные и полезные привычки.*

*Тема 7 Я б в спасатели пошел” Текущий контроль знаний- ролевая игра*

**2 класс (8 часов)**

*Тема 1-3 Мир эмоций и чувств*

*Тема 4-6. Вредные привычки*

*Тема 7«Веснянка»*

*Тема 8 В мире интересного. Текущий контроль знаний- Научно –практическая конференция*

**Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей» ( 33ч.)**

Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

**1 класс (9 часов)**

*Тема 1-2 Опасности летом (просмотр видео фильма)*

*Тема 3-5. Первая доврачебная помощь*

*Тема 6-8 Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка»*

*Тема 9 Чему мы научились за год. Итоговый контроль знаний- диагностика.*

Темы экскурсий	Часы
«Сезонные изменения и как их принимает человек»	1
«Природа – источник здоровья»	1
«У природы нет плохой погоды»	1
<b>ИТОГО:</b>	<b>3</b>

## КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

(66 ч)

### «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

**Режим занятий:** 2 часа в неделю (66 часов)

№ п/п	Дата	Наименование разделов и дисциплин	Содержание и форма занятия	По кодификатору	
				УУД	Чтение: работа с информацией
	<b>I</b>	<b>Введение «Вот мы и в школе».</b>		Л-01 Л-07	Ч1-01 Ч1-02
1-2	1-2	Дорога к доброму здоровью. Что мы знаем о ЗОЖ.	Беседа, презентация стихи, загадки.	Л-09 Л-11 Л-12	Ч1-04 Ч1-05 Ч1-07
3-4	3-4	Здоровье в порядке- спасибо зарядке	Беседы, игры, просмотр фильма.	Л-14 Л-21 Р-01	Ч2-01 Ч2-07
5-6	5-6	В гостях у Мойдодыра К. Чуковский «Мойдодыр» <b>Кукольный спектакль.</b>	Чтение произведения К Чуковского «Мойдодыр»	Р-03 Р-06 Р-11	Ч3-01 Ч3-03 Ч3-08
7-8	7-8	Подготовка к празднику. <b>Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»</b>	Праздник , конкурсы.	Р-16 П-01 П-02 П-03 П-04	
	<b>I</b> <b>I</b>	<b>Питание и здоровье</b>		К-01	
9-10	1-2	Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники»	Беседа о витаминах. Конкурс рисунков.	К-02 К-03 К-04 К-11 К-12	
11-12	3-4	Культура питания. Приглашаем к чаю.	Чаепитие. Просмотр видеороликов.	К-13 К-15	
13-14	5-6	Умеем ли мы правильно питаться. Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)	Чтение произведений Ю.Тувима. Кукольный театр.	Н-01 Н-04	
15-17	7-9	Как и чем мы питаемся. Режим питания.	Беседа по теме «Умеем ли мы питаться»	З-01 З-02 З-04	

18	1 0		<b>«Красный, жёлтый, зелёный»-викторина.</b>	Викторина «Питание и здоровье»	<b>З-05</b> <b>П-01</b> <b>Э-01</b> <b>Э-05</b>
	<b>І</b> <b>І</b> <b>І</b>		<i>Моё здоровье в моих руках</i>		
19-20	1- 2		Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим	Беседа о режиме питания.	
21-22	3- 4		Полезные и вредные продукты.	Презентация о пользе и вреде продуктов.	
23	5		Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк»	Просмотр спектакля «Ручеек»	
24	6		Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	Экскурсия в природу.	
25-28	7- 1 0		Как обезопасить свою жизнь. Поведение в быту. Поведение на дороге. Поведение на природе. Правила поведения с незнакомыми людьми.	Правила поведения, беседа, просмотр мультфильмов.	
29	1 1		<b><u>День здоровья</u></b> <b>«Мы болезнь победим, быть здоровыми хотим»</b>	Эстафета.	
30	1 2		<b>«В здоровом теле здоровый дух» - викторина.</b>	Викторина. Конкурс рисунков.	
	<b>І</b> <b>У</b>		<i>Я в школе и дома</i>		
31-32	1- 2		Мой внешний вид –залог здоровья. Личная гигиена.	Беседа о внешнем виде. Как внешний вид влияет на здоровье.	
33-34	3- 4		Зрение – это сила. Почему устают глаза?	Беседа. Зрение необходимо беречь.	
35-36	5- 6		Осанка – это красиво. Гигиена позвоночника.	Гигиена правильной осанки.	
37-39	7- 9		Весёлые переменки. Игры с мячом. Игры на свежем воздухе.	Игры, конкурсы.	
40-41	1 0- 1 1		Здоровье и домашние задания. «Я сажусь за уроки»	Как правильно выполнять д/з.	
42	1 2		<b>«Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим , все болезни победим» - игра-</b>	Игра-викторина.	

			<b>викторина.</b>		
	<b>V</b>		<b><i>Чтоб забыть про докторов</i></b>		
43-45	1-3		“Хочу остаться здоровым”. Профилактика простудных и кишечных заболеваний. Закаливание.	Беседа, просмотр видеороликов.	
46-48	4-6		Вкусные и полезные вкусоности. Рациональное питание. Здоровое школьное питание.	Как вкусно и полезно питаться?	
49	7		<b><u>День здоровья</u></b> <b>«Как хорошо здоровым быть»</b>	Эстафеты.	
50	8		«Как сохранять и укреплять свое здоровье»	Беседа о сохранении и укреплении здоровья.	
	<b>VI</b>		<b><i>Я и моё ближайшее окружение</i></b>		
51-53	1-3		Моё настроение Передай улыбку по кругу. <b>Выставка рисунков «Моё настроение»</b>	Выставка рисунков.	
54-56	4-6		Вредные и полезные привычки.	Беседа о вредных и полезных привычках.	
57	7		<b>“Я б в спасатели пошел”</b>	Ролевая игра.	
			<b><i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i></b>		
58-59	1-2		Опасности летом (просмотр видео фильма)	Просмотр видеофильма «Опасности летом.	
60-62	3-5		Первая доврачебная помощь. Помощь при ожогах. Помощь при обморожении. Помощь при переломах.	Оказание первой помощи (просмотр фильма)	

63-65	6 - 8		Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка»	Кукольный театр.		
66	9		Чему мы научились за год.	Диагностика.		

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения
<b>1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>	
1 2	Примерные программы внеурочной деятельности. Авторская программа кружка «Здоровейка» С.Д.Ганжи.
<b>Литература</b>	
3	<i>Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.</i>
4	<i>Бабкина, Н.В. О психологической службе в условиях учебно-воспитательного комплекса // Начальная школа – 2001 – № 12 – С. 3–6.</i>
5	<i>Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.</i>
6	<i>Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, 2007 г., - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)</i>
7	<i>Захаров, А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. - 85 с.</i>
8	<i>Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.</i>
9	<i>Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. :Вако, 2004. – 124 с.</i>
10	<i>Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.</i>
11	<i>Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2007. – 134 с.</i>
12	<i>Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.</i>
13	<i>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.</i>
14	<i>Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.</i>
15	<i>Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 - 2003, с.57.</i>
16	<i>Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение. – М.: 1991. – 120 с.</i>
<b>Технические средства обучения</b>	
17 18 19	Аудиторная доска с набором приспособлений для крепления карт и таблиц. Экспозиционный экран. Мультимедийный проектор.
<b>Экранно-звуковые пособия</b>	
20 21	Видеофильмы (в том числе в цифровой форме). Аудиозаписи в соответствии с содержанием обучения (в том числе в цифровой форме).
<b>Игры и игрушки.</b>	
22 23	Настольные развивающие игры. Наборы карандашей, красок, альбомов для рисования.

24	Куклы для спектаклей.
<b>Оборудование класса</b>	
25	Ученические столы одно- и двухместные с комплектом стульев.
26	Стол учительский с тумбой.
27	Шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий, учебного оборудования и пр.





