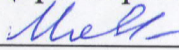
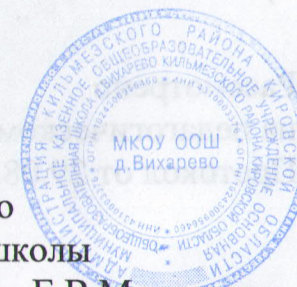


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа д.Вихарево
Кильмезского района Кировской области

Рассмотрено
на педагогическом совете
Протокол от 29.08.2022 г. № 1

Утверждено
Директор школы
 Е.В.Мясникова
Приказ от 29.08.2022 г. № 71.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности
«Здоровей-ка»

спортивно-оздоровительного направления развития личности
для учащихся 1-4 классов на 2022-2023 учебный год.

Составил учитель физической культуры
первой квалификационной категории
Салахутдинов Расуль Ракипович

д.Вихарево, 2022 г.

АННОТАЦИЯ

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа включает в себя: введение; личностные, метапредметные и предметные результаты освоения занятий; содержание занятий; тематическое планирование с определением основных видов деятельности обучающихся.

Программа внеурочной деятельности «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.

Содержание программы:

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.
3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности
4. Тематическое планирование

1. Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «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.

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

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности от 05.09.2018 № 03 ПГМП 42216;
- ООП НОО МКОУ ООШ д. Вихарево;
- Локальные акты об организации внеурочной деятельности;
- СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
- Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);

Программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования.

Цель программы:

Формирование положительного отношения к собственному здоровью, стимулирование желания вести здоровый образ жизни, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни.

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

Воспитательные результаты внеурочной спортивно – оздоровительной деятельности школьников распределяются по трем уровням.

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, о технике безопасности при занятии спортом, о принятых в обществе нормах отношения к природе; о русских народных играх; о правилах конструктивной групповой работы.
2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.
3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия) : приобретение школьником опыта актуализации спортивно – оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и организации их досуга; опыта волонтерской деятельности; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Личностные результаты			
Формирование установки на здоровый образ жизни (ЗОЖ); осознание необходимости ЗОЖ.	Формирование способности и готовности выполнять правила ЗОЖ; потребность в ЗОЖ; осознание ответственности за свои	Формирование адекватной осознанной позиции здорового человека; ориентация на ЗОЖ, готовность к ЗОЖ и осознание как человека гражданина.	Формирование негативного отношения к вредным привычкам и положительного отношения к полезным привычкам; осознание своих возможностей; осознание

	поступки.		необходимости ЗОЖ, способность адекватно оценивать действия свои и чужие с точки зрения ЗОЖ.
Регулятивные результаты			
Формирование умения оценивать правильность действий. Принимать, сохранять («удерживать») учебную цель, действовать по плану.	Удерживать цель деятельности до получения ее результата; выбирать и использовать целесообразные способы действий; выполнять адекватную самооценку выполненной работы по данным критериям; осуществлять итоговый самоконтроль	Определять наиболее эффективные способы достижения результата в соответствии с поставленной задачей и условиями её решения; по формированию ЗОЖ, планировать способы выполнения учебной задачи; осуществлять пошаговый контроль по формированию ЗОЖ другого ученика (взаимоконтроль)	Планировать последовательность действий по формированию здорового «я»; самостоятельно определять критерии по формированию ЗОЖ.
Познавательные результаты			
Осуществлять поиск информации для выполнения задания предложенного учителем; умение делать предварительный отбор источников информации: энциклопедии, справочники, интернет-ресурсы.	Добывание новых знаний: нахождение ответов на вопросы, используя учебную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроках и занятиях; использование информации при помощи литературы, журналов, газет, СМИ, знать правила и закономерности здорового образа жизни	Установление причинно-следственных связей между правилами ЗОЖ и здоровьем человека; обработка полученной информации: умение делать выводы в результате совместной работы всего класса; знать правила и закономерности здорового образа жизни	Сопоставлять, отбирать информацию; уметь преобразовывать информацию из одной формы в другую: представлять собственные ответы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем), опираясь на жизненный опыт.
Коммуникативные результаты			
Работать в группе, обращаться за помощью; формулировать свои затруднения, вопросы.	Работать в группе, предлагать помощь и сотрудничество; слушать собеседника; договариваться и приходить к общему решению;	Учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; предлагать помощь и сотрудничество; слушать собеседника; закрепить социально одобряемые модели поведения.	Формулировать собственное мнение и позицию; осуществлять взаимный контроль за выполнением правил ЗОЖ, адекватно оценивать собственное поведение и поведение

окружающих.

3.Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1 класс				
Раздел	Тема	Содержание	Виды	Формы
1. Дорога к доброму здоровью (6 часов)	1. Правила личной гигиены. 2. Правила применения предметов гигиены. 3. Гигиена у тебя дома. 4. Конкурс рисунков «Гигиену соблюдай». 5. Выход в детский сад «Научился сам - научи другого» (2ч)	Знакомство с правилами, обсуждение, просмотр мультфильма, рисование на заданную тему, разучивание ролей, репетиция, выступление в д/с.	Познавательная, игровая.	Беседа, акция, викторина, конкурс. Общественно полезная практика
2. Здоровье в порядке – спасибо зарядке (5 часов)	1.Для чего нужна зарядка. 2.Разучить комплекс упражнений. 3. Зарядка у тебя дома. 4. Познакомить с правилами закаливания. 5.Проведение зарядки с обучающимися школы.	Знакомство с правилами, обсуждение, просмотр мультфильма, разучивание комплекса упражнений.	Познавательная, игровая.	Беседа, викторина, конкурс. Общественно полезная практика
3. Питание (9часов)	1. Правила питания. 2. Культура питания. 3. Правилами этикета. 4. Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья» (2ч) 5. Как чем мы питаемся. 6. Полезные и вредные продукты. 7. Ю.Тувим «Овощи» -выход в д/с(2ч)	Знакомство с правилами, обсуждение, просмотр мультфильмов, конкурс рисунков, разучивание ролей, репетиция, выступление в д/с.	Познавательная, игровая, художественное творчество.	Беседа, викторина, конкурс, выставка. Общественно полезная практика.
4. Режим дня (5часов)	1.Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим». 2. «Режим дня» у тебя дома. 3.Конкурс «Чей режим дня лучше». Выставка. 4.Концертный номер. Сценка «Режим	Знакомство с правилами, обсуждение, просмотр мультфильмов, конкурс проектов, разучивание ролей, репетиция, выступление на	Познавательная, игровая, художественное творчество.	Беседа, викторина, конкурс, выставка. Общественно полезная практика.

	дня»(2ч)	общешкольном мероприятии.		
5. «Мой внешний вид - залог здоровья» (7часов)	1.Одевайся по погоде. 2.Встречай по одежке, провожай по уму. 3. Моя прическа. «Салон красоты»(2ч) 4. Береги глаза! 5. Конкурс рисунков «Мой друг». Выставка.(2ч)	Знакомство с правилами, обсуждение, просмотр мультфильмов, конкурс проектов.	Познавательная, игровая, художественное творчество, досугово-развлекательная.	Беседа, викторина, конкурс, выставка. Общественно полезная практика.
6. «День Здоровья» (1час)	Участие в общешкольном мероприятии.	Знакомство с правилами поведения в общественном месте, участие в общешкольном мероприятии.	Игровая, досугово-развлекательная.	Общественно полезная практика.

2 класс				
Раздел	Тема	Содержание	Виды	Формы
1.В гостях у Мойдодыра (6 часов)	1. Правила личной гигиены, обсуждение. 2. Мультфильм «Мойдодыр». 3.Работа с книгой К.Чуковского «Мойдодыр». Распределение ролей. 4. Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»(2часа). 5. Выход в детский сад. Инсценированное выступление «Мойдодыр».	Знакомство с правилами, обсуждение, просмотр мультфильма, чтение произведения, разучивание ролей, изготовление костюмов, репетиция, выступление в д/с.	Познавательная, игровая, художественное творчество.	Беседа, праздник, круглый стол. Общественно полезная практика.
2. Мое здоровье в моих руках. (9 часов)	1.Сон и его значение для здоровья человека. 2. Виды закаливания. Конкурс стихов «Закаляйся».(2ч) 3. Вместе весело гулять.(2ч) 4. Конкурс «Самая веселая зарядка» (2часа) 5. Конкурс плакатов «Как заботиться и	Беседа по теме, обсуждение. Знакомство и разучивание подвижных игр, составление комплекса упражнений, оформление плакатов, конкурс, семейная эстафета.	Познавательная, игровая, досугово-развлекательная, художественное творчество.	Беседа, конкурс, Эстафета. Общественно полезная практика

	сохранять свое здоровье» 6. Эстафета «Мама, папа, я – спортивная семья».			
3.Здоровое питание (7часов)	1. Правила питания. Культура питания. 2. Светофор здорового питания. Конкурс рисунков «Твой светофор питания» (2ч) 3. Что дает нам море? 4. Викторина «Как и чем мы питаемся» 5. Проект «Любимое и полезное блюдо моей семьи» 6. «Приглашаем к чаю».	Повторение правил и культуры питания, обсуждение, конкурс рисунков, Кроссворд «Дары моря», викторина, презентация, защита проектов, чаепитие с родителями.	Познавательная, игровая, досугово-развлекательная.	Беседа, викторина, конкурс рисунков и проектов, Общественно полезная практика.
4.«Я в школе и дома» (7часов)	1. «Веселая переменка». 2. Осанка - это красиво. 3. Зрение – это сила. 4. «Я сажусь за уроки». 5. Шалости и травмы. 6. Праздник «Кто жить умеет по часам...»(2ч)	Повторение правил соблюдения режима дня, обсуждение, просмотр мультфильмов, видеороликов, подготовка к празднику.	Познавательная, игровая, художественное творчество.	Беседа,праздник. Общественно полезная практика.
5.«Чего стоит опасаться» (4часа)	1. Вредные и полезные растения. 2. Опасности летом. 3. Инсценировка произведения А.Колобова «Красивые грибы» (2ч)	Знакомство с растениями, обсуждение, просмотр видеофильма, разучивание ролей, изготовление костюмов, репетиция, выступление перед старшей группой д/с.	Познавательная, художественное творчество, досугово-развлекательная.	Беседа, кроссворд. Общественно полезная практика.
6.«День Здоровья» (1час)	Участие в общешкольном мероприятии.	Знакомство с правилами поведения в общественном месте, участие в общешкольном мероприятии.	Игровая, досугово-развлекательная.	Общественно полезная практика.

3 класс				
Раздел	Тема	Содержание	Виды	Формы
1.«Движение - это жизнь» (7часов)	1. Олимпийские виды спорта. 2. Твой любимый вид спорта. 3. Твой спортивный кумир. 4. Веселые старты.(2ч) 5. Лыжные гонки. 6. Велогонки.	Знакомство с олимпийскими видами спорта, подготовка проектов, проведение веселых стартов и соревнований.	Познавательная, игровая, спортивно-оздоровительная	Беседа, соревнование, конкурс проектов.
2. Мое здоровье в моих руках. (8 часов)	1.Как сохранять и укреплять свое здоровье 2.Труд и мое здоровье. 3. Мозг и его волшебные действия. 4. «В здоровом теле – здоровый дух!»- эстафета. 5. «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья» (2ч) 6. Экскурсия «Природа- источник здоровья». 7. Конкурс плакатов «Хочу остаться здоровым».	Беседа по теме, обсуждение, эстафета, соревнования, оформление плакатов, конкурс, экскурсия.	Познавательная, игровая, досугово-развлекательная, спортивно-оздоровительная.	Беседа, конкурс, эстафета, экскурсия
3. Питание и здоровье (8 часов)	1. Молоко и молочные продукты. 2. Игра – исследование «Это удивительное молоко» 3. Каша – пища наша (2ч) 4. Блюда из зерна. 5. «Плох обед, если хлеба нет». Конкурс «Венок из пословиц» 6. Игра- конкурс «Хлебопеки» (2ч)	Беседа об ассортименте молочных продуктов, игра-исследование, обсуждение разнообразия продуктов полученных из зерновых культур, конкурс пословиц, игра-конкурс, поделка из соленого теста, выставка поделок	Познавательная, исследовательская, досугово-развлекательная.	Беседа, конкурс пословиц, игра, Общественно полезная практика.
4.«Что вредит здоровью» (10 часов)	1. Вредные привычки (2ч) 2. «Как защитить себя от болезней» - круглый стол. 3. Какие виды здоровья существуют. 4. «Лесная аптека - на службе	Беседа с мед.работником, знакомство с литературными произведениями о здоровье, сочинение собственных	Познавательная, художественное творчество, досугово-развлекательная.	Беседа, кроссворд. Общественно полезная практика.

	человека»(1ч -теория,1ч- экскурсия) 5. Что такое болезнь и как от нее избавиться.(4ч)	сказок, оформление книги о здоровье, разучивание игр, конкурс рисунков, экскурсия.		
5.«День Здоровья» (1час)	Участие в общешкольном мероприятии.	Знакомство с правилами поведения в общественном месте, участие в общешкольном мероприятии.	Игровая, досугово-развлекательная.	Общественно полезная практика.

4 класс				
Раздел	Тема	Содержание	Виды	Формы
1.« Личная гигиена» (7часов)	1.Что такое личная гигиена. 2.Как правильно ухаживать за телом (кожа, волосы, полость рта).(2ч) 3.Почему важно быть аккуратным? 4. Скажи микробам «Нет»! 5. «Разговор о личной гигиене» выступление в д/с. (2ч)	Беседа, чтение обсуждение лит. произведений, КВН, конкурс плакатов, просмотр мультфильмов, выступление перед старшей группой д/с.	Познавательная, игровая, художественное творчество.	Беседа, конкурс, КВН, общественно полезная практика.
2. Я и мое окружение. (6часов)	1.Мое настроение. 2.Школа и мое настроение. 3.Эмоции 4. «Раскрась свои чувства» 5.Куда уходит злость. 6. « Я учусь управлять собой»	Беседа по теме, обсуждение, упражнения, игры, синквейн, конкурс рисунков, выступление перед одноклассниками.	Познавательная, игровая, досугово-развлекательная, художественное творчество.	Беседа, конкурс, эстафета, экскурсия
3. Питание и здоровье (7часов)	1. Вода и другие полезные напитки. 2. Что и как можно приготовить из и рыбы. 3. Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты. 4. Как питались в стародавние времена и питание в наше время.	Беседа о видах рыб и ассортименте рыбных продуктов, игра-исследование, конкурс пословиц и поговорок, составление кроссворда, конкурс кроссвордов,	Познавательная, игровая, исследовательская, досугово-развлекательная.	Беседа, конкурс игра.

	<p>5. «Рацион питания» - игра – исследование.</p> <p>6. Что можно есть в походе.</p> <p>7. КВН «Богатырская силушка»</p>	КВН.		
4.«Кто в ответе за наше здоровье» (7 часов)	<p>1. Доктор.</p> <p>2. Спасатель.</p> <p>3. Повар.</p> <p>4. Учитель.</p> <p>5. Я – хозяин своего здоровья.</p> <p>6. Проект «Профессии» - защита перед учениками 1-3классов.(2ч)</p>	Беседа со профессиях, знакомство с литературными произведениями о здоровье, просмотр мультфильмов, проект	Познавательная, игровая, исследовательская.	Беседа, кроссворд, проект, игра, общественно полезная практика.
5.«Я – играю» (6часов)	<p>1. Футбол.</p> <p>2. Вышибала.</p> <p>3. Казаки- разбойники.</p> <p>4. Знамя.</p> <p>5. Лапта.</p> <p>6. Третий – лишний.</p>	Знакомство и разучивание правил игр, игры, соревнования.	Познавательная, игровая,	Соревнования, игры
6.«День Здоровья» (1час)	Участие в общешкольном мероприятии.	Знакомство с правилами поведения в общественном месте, участие в общешкольном мероприятии.	Игровая, досугово-развлекательная.	Общественно полезная практика.

**Календарно-тематическое планирование
1 класс**

№ п/п	Тема	Дата план	Дата факт
	1. Дорога к доброму здоровью (6 часов)		
1	1. Правила личной гигиены.		
2	2. Правила применения предметов гигиены.		
3	3. Гигиена у тебя дома.		
4	4. Конкурс рисунков «Гигиену соблюдай».		
5-6	5. Выход в детский сад «Научился сам - научи другого» (2ч)		
	2. Здоровье в порядке – спасибо зарядке (5 часов)		
7	1.Для чего нужна зарядка.		
8	2.Разучить комплекс упражнений.		
9	3. Зарядка у тебя дома.		
10	4. Познакомить с правилами закаливания.		
11	5.Проведение зарядки с обучающимися школы.		
	3. Питание (9часов)		
12	1. Правила питания.		
13	2. Культура питания.		
14	3. Правилами этикета.		
15-16	4. Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья» (2ч)		
	5. Как чем мы питаемся.		
17	6. Полезные и вредные продукты.		
18	7. Ю.Тувим «Овощи» -выход в д/с(2ч)		
19-20			
	4. Режим дня (5часов)		
21	1.Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим».		
22	2. «Режим дня» у тебя дома.		
23	3.Конкурс «Чей режим дня лучше». Выставка.		
24-25	4.Концертный номер. Сценка «Режим дня»(2ч)		
	5. «Мой внешний вид - залог здоровья» (7часов)		
26	1.Одевайся по погоде.		

27	2. Встречай по одежке, провожай по уму.		
28-29	3. Моя прическа. «Салон красоты»(2ч)		
30	4. Береги глаза!		
31-32	5. Конкурс рисунков «Мой друг». Выставка.(2ч)		
33	6. «День здоровья» (1час)		

2 класс

№ п/п	Тема	Дата план	Дата факт
1. В гостях у Мойдодыра (6 часов)			
1	1. Правила личной гигиены, обсуждение.		
2	2. Мультфильм «Мойдодыр».		
3	3. Работа с книгой К. Чуковского «Мойдодыр». Распределение ролей.		
4-5	4. Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»(2 часа).		
6	5. Выход в детский сад. Инсценированное выступление «Мойдодыр».		
2. Мое здоровье в моих руках.(9 часов)			
7	1. Сон и его значение для здоровья человека.		
8-9	2. Виды закаливания. Конкурс стихов «Закаляйся».(2ч)		
10-11	3. Вместе весело гулять.(2ч)		
12-13	4. Конкурс «Самая веселая зарядка» (2 часа)		
14	5. Конкурс плакатов «Как заботиться и сохранять свое здоровье»		
15	6. Эстафета «Мама, папа, я – спортивная семья».		
3. Здоровое питание (7 часов)			
16	1. Правила питания. Культура питания.		
17-18	2. Светофор здорового питания. Конкурс рисунков «Твой светофор питания» (2ч)		
19	3. Что дает нам море?		
20	4. Викторина «Как и чем мы питаемся»		
21	5. Проект «Любимое и полезное блюдо моей семьи»		
22	6. «Приглашаем к чаю».		
4.«Я в школе и дома» (7 часов)			
23	1. «Веселая переменка».		
24	2. Осанка - это красиво.		
25	3. Зрение – это сила.		
26	4. «Я сажусь за уроки».		

27	5. Шалости и травмы.		
28-29	6. Праздник «Кто жить умеет по часам...»(2ч)		
	5.«Чего стоит опасаться» (4часа)		
30	1. Вредные и полезные растения.		
31	2. Опасности летом.		
32-33	3. Инсценировка произведения А.Колобова «Красивые грибы» (2ч)		
34	6.«День здоровья» (1час)		

3 класс

№п/п	Тема	Дата план	Дата факт
	1.«Движение - это жизнь»(7часов)		

1	1. Олимпийские виды спорта.		
2	2. Твой любимый вид спорта.		
3	3. Твой спортивный кумир.		
4-5	4. Веселые старты.(2ч)		
6	5. Лыжные гонки.		
7	6. Велогонки.		
2. Мое здоровье в моих руках (8часов)			
8	1.Как сохранять и укреплять свое здоровье		
9	2.Труд и мое здоровье		
10	3. Мозг и его волшебные действия.		
11	4. «В здоровом теле – здоровый дух!»- эстафета.		
12-13	5. «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья» (2ч)		
14	6. Экскурсия «Природа- источник здоровья».		
15	7. Конкурс плакатов «Хочу остаться здоровым».		
3. Питание и здоровье (8 часов)			
16	1. Молоко и молочные продукты.		
17	2. Игра – исследование «Это удивительное молоко»		
18-19	3. Каша – пицца наша (2ч)		
20	4. Блюда из зерна.		
21	5. «Плох обед, если хлеба нет». Конкурс «Венок из пословиц»		
22-23	6. Игра- конкурс «Хлебопеки» (2ч)		
4.«Что вредит здоровью» (10 часов)			
24-25	1. Вредные привычки (2ч)		
26	2. «Как защитить себя от болезней» - круглый стол.		
27	3. Какие виды здоровья существуют.		
28-29	4. «Лесная аптека - на службе человека»(1ч -теория,1ч- экскурсия)		
30-33	5. Что такое болезнь и как от нее избавиться.(4ч)		
34	5.«День Здоровья» (1час)		

4 класс

№ п/п	Тема	Дата план	Дата факт
-------	------	--------------	--------------

	1. Личная гигиена (7часов)		
1	1.Что такое личная гигиена.		
2-3	2.Как правильно ухаживать за телом (кожа, волосы, полость рта).(2ч)		
4	3.Почему важно быть аккуратным?		
5	4. Скажи микробам «Нет»!		
6-7	5. «Разговор о личной гигиене» выступление в д/с. (2ч)		
	2. Я и мое окружение (6часов)		
8	1.Мое настроение.		
9	2.Школа и мое настроение.		
10	3.Эмоции		
11	4. «Раскрась свои чувства»		
12	5.Куда уходит злость.		
13	6. « Я учусь управлять собой»		
	3. Питание и здоровье (7часов)		
14	1. Вода и другие полезные напитки.		
15	2. Что и как можно приготовить из и рыбы.		
16	3. Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты.		
17	4. Как питались в стародавние времена и питание в наше время.		
18	5. «Рацион питания» - игра – исследование.		
19	6. Что можно есть в походе.		
20	7. КВН «Богатырская силушка»		
	4.«Кто в ответе за наше здоровье» (7 часов)		
21	1. Доктор.		
22	2. Спасатель.		
23	3.Повар.		
24	4. Учитель.		
25	5. Я – хозяин своего здоровья.		
26-27	6. Проект «Профессии» - защита перед учениками 1-3классов.(2ч)		
	5.«Я – играю» (6часов)		
28	1.Футбол.		
29	2.Вышибала.		
30	3.Казачи- разбойники.		
31	4. Знамя.		
32	5. Лапта.		
33	6. Третий – лишний.		

