

МБОУ «Менчерепская средняя общеобразовательная школа»

**РАССМОТРЕНА  
И СОГЛАСОВАНА**  
на заседании МС  
Протокол № 1  
от «26» августа 2022г.

**ПРИНЯТА НА ПЕДАГО-  
ГИЧЕСКОМ СОВЕТЕ**  
Протокол № 18  
от «29» августа 2022г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ  
«Менчерепская СОШ»  
\_\_\_\_\_ О.П. Седых  
«1» сентября 2022г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**«Здоровей-ка»**

**(социальное направление развития личности школьника)**

**для 1-4 класса**

Составители:

Халуева Е.В.

## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### ***Личностные результаты:***

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### **11. Метапредметные результаты:**

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;

7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

**II. Содержание курса внеурочной деятельности  
с указанием форм организации и видов деятельности**

**1 класс**

№	Содержание	Формы организации	Виды деятельности
1	<b>Вот мы и в школе.(16 ч.)</b> Дорога к доброму здоровью. Здоровье в порядке - спасибо зарядке. В гостях у Мойдодыра. Кукольный спектакль. К. Чуковский «Мойдодыр», Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр» (текущий контроль-праздник)	аудиторное занятие, коллективная работа	Познавательная деятельность
2	<b>Питание и здоровье (20ч.)</b> Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники» Культура питания. Приглашаем к чаю. Ю. Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться). Как и чем мы питаемся. <u>Красный, жёлтый, зелёный</u> (Текущий контроль знаний- викторина)	аудиторное занятие  коллективная работа	Познавательная деятельность
3	<b>Моё здоровье в моих руках ( 28ч.)</b> Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим. Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк»_Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек» Как обезопасить свою жизнь _День здоровья «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим»_ В здоровом теле здоровый дух Текущий контроль знаний(Викторина)	Игровые упражнения	Игровая деятельность
4	<b>Я в школе и дома (36ч.)</b> Мой внешний вид –залог здоровья . Зрение – это сила Осанка – это красиво Весёлые переменка. Здоровье и домашние задания. Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим Текущий контроль знаний.	аудиторное занятие, коллективная работа	Познавательная деятельность
5	<b>Чтоб забыть про докторов ( 16ч.)</b> Хочу остаться здоровым. Вкусные и полезные вкусности. _День здоровья «Как хорошо здоровым быть»_ «Как сохранять и укреплять свое здоровье» Текущий контроль знаний- круглый стол	игра	Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение.
6	<b>Я и моё ближайшее окружение (15 ч.)</b> Моё настроение. Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё	игра	Игровая деятельность

	настроение» Вредные и полезные привычки. « Я б в спасатели пошел» Текущий контроль знаний- ролевая игра		
7	<b>Вот и стали мы на год взрослей ( 16ч.)</b> Опасности летом (просмотр видео фильма),Первая доврачебная помощь Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка». Чему мы научились за год. Итоговый контроль знаний - диагностика	аудиторное занятие, коллективная работа	Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение.
<b>2 класс</b>			
1	<b>Вот мы и в школе».(16 ч.)</b> Что мы знаем о ЗОЖ. По стране Здоровейке. В гостях у Мойдодыра. _Я хозяин своего здоровья (текущий контроль- КВН)	Беседа	Познавательная деятельность
2	<b>Питание и здоровье (20ч.)</b> Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.. Культура питания. Спектакль «Я выбираю кашу» , «Что даёт нам мор. Светофор здорового питания (Текущий контроль знаний- викторина)	коллективная работа Игровые упражнения	Познавательная деятельность
3	<b>Моё здоровье в моих руках ( 28ч.)</b> Сон и его значение для здоровья человека. Закаливание в домашних условиях. День здоровья «Будьте здоровы» .Иммунитет. Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”. Спор в жизни ребёнка. Слагаемые здоровья Текущий контроль знаний- за круглым столом	аудиторное занятие, коллективная работа	Познавательная Деятельность Проблемно-ценностное общение.
4	<b>Я в школе и дома (36ч.)</b> Я и мои одноклассники. Почему устают глаза? Гигиена позвоночника. Сколиоз Шалости и травмы . «Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление . «Умники и умницы». Текущий контроль знаний.	аудиторное занятие,	Познавательная Деятельность Проблемно-ценностное общение
5	<b>Чтоб забыть про докторов ( 16ч.)</b> С. Преображенский «Огородники». Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков)День здоровья «Самый здоровый класс» «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности. Текущий контроль знаний-городской конкурс«Разговор о правильном питании»	аудиторное занятие,	Познавательная Деятельность
6	<b>Я и моё ближайшее окружение (15 ч.)</b>	Аудиторное	Познавательная

	Мир эмоций и чувств. Вредные привычки.«Веснянка». В мире интересного. Текущий контроль знаний- Научно – практическая конференция	занятие,	деятельность Проблемно-ценностное общение
7	<b>Вот и стали мы на год взрослей» ( 16ч.)</b> Я и опасность. Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»._Первая помощь при отравлении._ Наши успехи и достижения. Итоговый контроль знаний- диагностика	Игровая деятельность	Познавательная деятельность
<b>3 класс</b>			
1	<b>Вот мы и в школе».(16 ч)</b> «Здоровый образ жизни, что это?» Личная гигиена В гостях у Мойдодыра. «Остров здоровья» (текущий контроль знаний - игра)	Беседа	Проблемно-ценностное общение
2	<b>Питание и здоровье (20ч.)</b> Игра «Смак. Правильное питание –залог физического и психологического здо Вредные микробы. Что такое здоровая пища и как её приготовить. <u>«Чудесный сундучок»</u> Текущий контроль знаний – КВН	Дидактические игры .задания	Познавательная Деятельность Игровая деятельность
3	<b>Моё здоровье в моих руках (28ч.)</b> Труд и здоровье. Наш мозг и его волшебные действия . День здоровья«Хочу остаться здоровым».Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья .Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”. Экскурсия «Природа – источник здоровья»._«Моё здоровье в моих руках» Текущий контроль знаний викторина.	Аудиторное Занятие.	Познавательная Деятельность
4	<b>Я в школе и дома (36 ч.).</b> Мой внешний вид –залог здоровья. «Доброречие»_Спектакль С.Преображенский «Каприз» «Бесценный дар- зрение» Гигиена правильной осанки «Спасатели , вперёд!»Текущий контроль знаний	Аудиторное занятие, коллективная работа	Познавательная Деятельность Проблемно-ценностное общение
5	<b>Чтоб забыть про докторов ( 16ч.)</b> Шарль Перро «Красная шапочка». Движение это жизнь .День здоровья «Дальше, быстрее, выше»_«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»	аудиторное занятие, коллективная работа	Познавательная Деятельность Проблемно-ценностное общение
6	<b>Я и моё ближайшее окружение (15 ч.)</b> Мир моих увлечений._ Вредные привычки	Дидактические игры .задания	Познавательная Деятельность

	и их профилактика. Добро лучше, чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке» В мире интересного. Текущий контроль знаний- Научно –практическая конференция		Проблемно-ценностное общение
7	<b>Вот и стали мы на год взрослей» ( 16ч.)</b> Я и опасность..Лесная аптека на службе человека. Игра «Не зная броду, не суйся в воду».Чему мы научились и чего достигли. Итоговый контроль знаний-диагностика.	Игровая деятельность	Познавательная деятельность Проблемно-ценностное общение
<b>4 класс</b>			
1	<b>Вот мы и в школе».(16 ч)</b> «Здоровье и здоровый образ жизни» (1ч.). Правила личной гигиены. Физическая активность и здоровье(1ч). Как познать себя (Текущий контроль знаний – За круглым столом)	Аудиторное занятие, коллективная работа	
2	<b>Питание и здоровье (20ч.)</b> Питание необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи Как питались в стародавние времена и питание нашего времени Секреты здорового питания. Рацион питания . «Богатырская силушка»Текущий контроль знаний –КВН	Аудиторное занятие,	Познавательная Деятельность
3	<b>Моё здоровье в моих руках (28ч.)</b> Домашняя аптечка «Мы за здоровый образ жизни» Марафон «Сколько стоит твоё здоровье» «Береги зрение смолоду » Как избежать искривления позвоночника. Отдых для здоровья . Умеем ли мы отвечать за своё здоровье Текущий контроль знаний викторина.	Аудиторное занятие, коллективная работа	Познавательная Деятельность
4	<b>Я в школе и дома (36).</b> «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим». «Класс не улица ребята! И запомнить это надо!» Кукольный спектакль «Спешите делать добро».Что такое дружба? Как дружить в школе? Мода и школьные будни. Делу время , потехе час. Текущий контроль знаний-игра викторина	Аудиторное занятие, коллективная работа	Познавательная Деятельность
5	<b>Чтоб забыть про докторов ( 16ч.)</b> Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься. День здоровья «За здоровый образ жизни». Кукольный спектакль	Коллективная работа Игровые упражнения	Познавательная Деятельность



	Преображенский «Огородники». «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»		
6	<b>Я и моё ближайшее окружение (15 ч.)</b> Размышление о жизненном опыте. .Вредные привычки и их профилактика. Школа и моё настроение. В мире интересного. Текущий контроль знаний- итоговая диагностика	Коллективная работа Игровые упражнения	Познавательная Деятельность
7	<b>Вот и стали мы на год взрослей» (16ч.)</b> Я и опасность.. Игра «Мой горизонт» Гордо реет флаг здоровья. «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». итоговый контроль знаний- Диагностика. Составление книги здоровья	Коллективная работа Игровые упражнения	Познавательная Деятельность

### 3. Тематическое планирование

#### 1 класс

#### «Первые шаги к здоровью»

№ п/п	Наименование разделов	Всего
1	Введение «Вот мы и в школе».	4
2	Питание и здоровье	5
3	Моё здоровье в моих руках	7
4	Я в школе и дома	6
5	Чтоб забыть про докторов	4
6	Я и моё ближайшее окружение	3
7	«Вот и стали мы на год взрослей»	4
	Итого:	33
<b>2 класс</b>		
<b>«Если хочешь быть здоров»</b>		
1	Введение «Вот мы и в школе».	4
2	Питание и здоровье	5
3	Моё здоровье в моих руках	7
4	Я в школе и дома	6
5	Чтоб забыть про докторов	4
6	Я и моё ближайшее окружение	4
7	«Вот и стали мы на год взрослей»	4
		34
<b>3 класс</b>		
<b>«По дорожкам здоровья»</b>		
1	Введение «Вот мы и в школе».	4
2	Питание и здоровье	5
3	Моё здоровье в моих руках	7
4	Я в школе и дома	6
5	Чтоб забыть про докторов	4
6	Я и моё ближайшее окружение	4
7	«Вот и стали мы на год взрослей»	4
	Итого:	34
<b>4 класс</b>		
<b>«Я, ты, он, она - мы здоровая семья»</b>		
1	Введение «Вот мы и в школе».	4
2	Питание и здоровье	5
3	Моё здоровье в моих руках	7
4	Я в школе и дома	6
5	Чтоб забыть про докторов	4
6	Я и моё ближайшее окружение	4
7	«Вот и стали мы на год взрослей»	4
	Итого:	34

## Календарно-тематическое планирование

### 1 класс «Первые шаги к здоровью»

№урока	Дата проведения	Тема	Кол-во часов	примечание
<b>I</b>		<b><i>Введение «Вот мы и в школе».</i></b>	<b>4</b>	
1.		Дорога к доброму здоровью	1	
2.		Здоровье в порядке- спасибо зарядке	1	
3.		В гостях у Мойдодыра Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр»	1	
4.		Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»	1	
<b>II</b>		<b><i>Питание и здоровье</i></b>	<b>5</b>	
5.		Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники»	1	
6.		Культура питания Приглашаем к чаю	1	
7.		Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)	1	
8.		Как и чем мы питаемся	1	
9.		Красный, жёлтый, зелёный	1	
<b>III</b>		<b><i>Моё здоровье в моих руках</i></b>	<b>7</b>	
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	1	
15.		<u>День здоровья</u> «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим»	1	
16.		В здоровом теле здоровый дух	1	
<b>IV</b>		<b><i>Я в школе и дома</i></b>	<b>6</b>	
17.		Мой внешний вид –залог здоровья	1	
18.		Зрение – это сила	1	
19.		Осанка – это красиво	1	
20.		Весёлые переменки	1	
21.		Здоровье и домашние задания	1	
22.		Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим , все болезни победим	1	
<b>V</b>		<b><i>Чтоб забыть про докторов</i></b>	<b>4</b>	
23.		“Хочу остаться здоровым”.	1	
24.		Вкусные и полезные вкусности	1	
25.		<u>День здоровья</u> «Как хорошо здоровым быть»	1	

26.		«Как сохранять и укреплять свое здоровье»	1	
<b>VI</b>		<b><i>Я и моё ближайшее окружение</i></b>	<b>3</b>	
27.		Моё настроение Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»	1	
28.		Вредные и полезные привычки	1	
29.		“Я б в спасатели пошел”	1	
<b>VII</b>		<b><i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i></b>	<b>4</b>	
30.		Опасности летом (просмотр видео фильма)	1	
31.		Первая доврачебная помощь	1	
32.		Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка»	1	
33.		Чему мы научились за год.	1	
		Итого:	33	

**2 класс**  
**«Если хочешь быть здоров»**

№урока	Дата проведения	Тема	Кол-во часов	примечание
<b>I</b>		<b><i>Введение «Вот мы и в школе».</i></b>	<b>4</b>	
1.		Что мы знаем о ЗОЖ	1	
2.		По стране Здоровейке	1	
3.		В гостях у Мойдодыра	1	
4.		Я хозяин своего здоровья	1	
<b>II</b>		<b><i>Питание и здоровье</i></b>	<b>5</b>	
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»	1	
9.		Светофор здорового питания	<b>1</b>	
<b>III</b>		<b><i>Моё здоровье в моих руках</i></b>	<b>7</b>	
10.		Сон и его значение для здоровья человека	1	
11.		Закаливание в домашних условиях	1	
12.		<u>День здоровья</u> «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	

<b>IV</b>		<b><i>Я в школе и дома</i></b>	<b>6</b>	
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	
<b>V</b>		<b><i>Чтоб забыть про докторов</i></b>	<b>4</b>	
23.		С. Преображенский «Огородники»	1	
24.		Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков)	1	
25.		<u>День здоровья</u> «Самый здоровый класс»	1	
26.		«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1	
<b>VI</b>		<b><i>Я и моё ближайшее окружение</i></b>	<b>4</b>	
27.		Мир эмоций и чувств.	1	
28.		Вредные привычки	1	
29.		«Веснянка»	1	
30.		В мире интересного	1	
<b>VII</b>		<b><i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i></b>	<b>4</b>	
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	

**3 класс**  
**«По дорожкам здоровья»**

№урока	Дата проведения	Тема	Кол-во часов	примечание
<b>I</b>		<b><i>Введение «Вот мы и в школе».</i></b>	<b>4</b>	
1.		«Здоровый образ жизни, что это?»	1	
2.		Личная гигиена	1	
3.		В гостях у Мойдодыра	1	
4.		«Остров здоровья»	1	

<b>II</b>		<b><i>Питание и здоровье</i></b>	<b>5</b>	
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	1	
9.		«Чудесный сундучок»	<b>1</b>	
<b>III</b>		<b><i>Моё здоровье в моих руках</i></b>	<b>7</b>	
10.		Труд и здоровье	1	
11.		Наш мозг и его волшебные действия	1	
12.		<u>День здоровья</u> «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	
<b>IV</b>		<b><i>Я в школе и дома</i></b>	<b>6</b>	
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	
<b>V</b>		<b><i>Чтоб забыть про докторов</i></b>	<b>4</b>	
23.		Шарль Перро «Красная шапочка»	1	
24.		Движение это жизнь	1	
25.		<u>День здоровья</u> «Дальше, быстрее, выше»	1	
26.		«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1	
<b>VI</b>		<b><i>Я и моё ближайшее окружение</i></b>	<b>3</b>	
27.		Мир моих увлечений	1	

28.		Вредные привычки и их профилактика	1	
29.		Добро лучше , чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	1	
30.		В мире интересного.	1	
<b>VII</b>		<b>«Вот и стали мы на год взрослей»</b>	<b>4</b>	
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	

**4 класс**  
**«Я, ты, он, она - мы здоровая семья»**

№урока	Дата проведения	Тема	Кол-во часов	примечание
<b>I</b>		<b><i>Введение «Вот мы и в школе».</i></b>	<b>4</b>	
1.		«Здоровье и здоровый образ жизни»	1	
2.		Правила личной гигиены	1	
3.		Физическая активность и здоровье	1	
4.		Как познать себя	1	
<b>II</b>		<b><i>Питание и здоровье</i></b>	<b>5</b>	
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	1	
9.		«Богатырская силушка»	<b>1</b>	
<b>III</b>		<b><i>Моё здоровье в моих руках</i></b>	<b>7</b>	
10.		Домашняя аптечка	1	
11.		«Мы за здоровый образ жизни»	1	
12.		Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	1	
13.		«Береги зрение с молодую».	1	
14.		Как избежать искривления позвоночника	1	
15.		Отдых для здоровья	1	
16.		Умеем ли мы отвечать за своё здоровье	1	
<b>IV</b>		<b><i>Я в школе и дома</i></b>	<b>6</b>	
17.		«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»	1	

18.		«Класс не улица ребята И 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	
<b>V</b>		<b><i>Чтоб забыть про докторов</i></b>	<b>3</b>	
23.		Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1	
24.		<u>День здоровья</u> «За здоровый образ жизни»	1	
25.		Кукольный спектакль Преображенский «Огородники»	1	
26.		«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности	1	
<b>VI</b>		<b><i>Я и моё ближайшее окружение</i></b>	<b>4</b>	
27.		Размышление о жизненном опыте	1	
28.		Вредные привычки и их профилактика	1	
29.		Школа и моё настроение	1	
30.		В мире интересного.	1	
<b>VII</b>		<b><i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i></b>	<b>4</b>	
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	