

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кировской области

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя школа с углубленным изучением отдельных предметов пгт Уни»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности

«Азбука здоровья»
1-4 классы
Срок реализации: 4 года

пгт Уни
2023 год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Азбука здоровья» (направление спортивно - оздоровительное) составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования с учетом Примерной основной образовательной программы начального общего образования на основе требований к результатам освоения ООП НОО. а также на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности учащихся начальной школы.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Существует много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Поэтому необходимо обратить особое внимание на воспитание полезных привычек, как альтернативы привычкам вредным, и формирование установок на ведение здорового образа жизни. Дети младшего школьного возраста наиболее восприимчивы к обучающемуся воздействию, поэтому целесообразно использовать школу для обучения детей здоровому образу жизни. Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками, которые входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний.

Здоровье детей и подростков является одним из важнейших показателей. Как никогда актуальной остается проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в ее решении отводится школе. Именно школа должна вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, защищать от негативного воздействия социального окружения. Только здоровый ребенок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Азбука здоровья» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, которые обеспечивают сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Она является комплексной программой по формированию культуры здоровья учащихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Цель программы.

Формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством развития здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса.

Задачи:

- формировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у учащихся мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

Форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, (35 минут). Занятия проводятся в спортивном зале или учебном кабинете, закрепленном за классом, а также на спортивной площадке школы. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

Содержание курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности состоит из четырех частей:

- **1 класс «Первая ступенька к здоровью»:** первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими, выработка первичных соревновательных навыков.
- **2 класс «Если хочешь быть здоров»:** культура питания, понятие об иммунитете, закаливающие процедуры, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края, формирование у учащихся начальных пониманий ответственности за свое здоровье.
- **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. Выработка потребностей в здоровом образе жизни.
- **4 класс «Я, ты, он, она, мы - здоровая семья»:** формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни, чувства ответственности за свое здоровье, профилактика вредных привычек.

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

Тематическое планирование

Название раздела	Количество часов			
	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Здравствуй, школьная страна	1	2	3	4
Питание и здоровье	2	2	4	5
Мое здоровье в моих руках	5	6	8	7
Я в школе и дома	8	7	7	6
Чтоб забыть про докторов	10	10	4	4
Быстрее, выше, сильнее	5	5	5	5
Вот и стали мы на год взрослей	2	2	3	3
Всего часов	33	34	34	34

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

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 основроссийской, 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 «Азбука здоровья» 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 «Азбука здоровья» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

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. Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на уроке.

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. Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

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.

Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

осознание учащимися 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 учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Календарно-тематическое планирование

1 класс

«Первая ступенька к здоровью»

№ п/п	Тема	Часы	ЦОР/ЭОР	Дата	Виды, формы контроля
	Введение «Здравствуй, школьная страна».	1			
1	Тропинка к здоровью	1	http://school-collektion.edu.ru www.openworld/school www.1september.ru		Устный опрос
	Питание и здоровье	2			
2	Осенние дары. Витаминки в моей тарелке.	1	http://school-collektion.edu.ru www.openworld/school www.1september.ru		Устный журнал
3	Красный! Жёлтый! Зелёный! (всё о фруктах)	1	http://school-collektion.edu.ru www.openworld/school www.1september.ru		Викторина
	Моё здоровье в моих руках	5			
4	Что значит режим дня?	1	http://school-collektion.edu.ru www.openworld/school www.1september.ru		Разговор - рассуждение

5	На зарядку становись!	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Комплекс утренней зарядки
6	Экскурсия «Человек и природа»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Экскурсия- прогулка
7	Как обезопасить свою жизнь	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Презентация
8	В здоровом теле здоровый дух	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Игры на свежем воздухе
	<i>Я в школе и дома</i>	8		
9	До чего же я красив! До чего же я хорош!	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Разговор на тему личной гигиены
10	Поговорим о зрении	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Информационная беседа
11	Осанка – это красиво	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Практикум
12	Отдохнём на перемене	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Игровые занятия
13	Здоровье и домашние задания	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Беседа с элементами практики
14-15	Мы - весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим	2	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Встреча с медработником Игра-викторина
16	«Прыг-скок, прыг – скок» - это первый шаг к олимпийским медалям.	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Игротека, тестирование
	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	10		
17	Солнце воздух и вода – наши лучшие друзья.	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Разговор на тему личной гигиены

18	Почемучка на медицинском пункте	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Информационная беседа
19	День здоровья. «Игра - игралка»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Практикум
20	Спортивный час «Снежный ком».	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игровые занятия
21	День здоровья «В стране Здоровейки»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа с элементами практики
22	Спортивный праздник «В гостях у Айболита»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Встреча с медработником, Игра-викторина
23	Как хорошо здоровым быть!	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игротека, тестирование
24	День здоровья «Вместе весело шагать»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		День здоровья
25-26	В стране «Спортландия»	2	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игры, викторины, эстафеты
	<i>Быстрее, выше, сильнее</i>	5			
27	Подвижные игры: «К своим флажкам», «Медведи пчёлы», «Мы - весёлые ребята», «Альпинисты» и др.	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игротека
28	Вредные и полезные привычки	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Блиц- опрос
29	Сдача норм комплекса «Прыг-скок, прыг – скок»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Тестирование
30	Школьные соревнования по лёгкой атлетике, лыжам, шахматно-шашечный турнир, весёлые старты	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Соревнования
31	Наша речка	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school		Однодневный туристический поход

			www.1september.ru		
	«Вот и стали мы на год взрослей»	2			
32	Подведение итогов комплекса «Прыг-скок, прыг – скок»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Тестирование
33	Чему мы научились за год	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Диагностика
	Итого:	33			

2 класс
«Если хочешь быть здоров»

№ п/п	Тема	Часы	ЦОР/ЭОР	Дата	Виды, формы контроля
	Введение «Здравствуй, школьная страна».	2			
1	Что мы знаем о ЗОЖ	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Блиц- опрос
2	Берегите здоровье	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Агитбригада
	Питание и здоровье	2			
3	Правильное питание – залог здоровья	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Устный журнал
4	Светофор здорового питания	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Викторина
	Моё здоровье в моих руках	6			
5	Сон и его значение для здоровья человека	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Разговор - рассуждение
6	«Если хочешь быть здоров – закаляйся!»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school		Встреча с мед.работником

			www.1september.ru		
7	Режим дня и его соблюдение.	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Практикум
8	Иммунитет – сложная задача	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Презентация
9	Нет вредным привычкам	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Тренинг
10	Спорт в нашей жизни	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игры на свежем воздухе
	<i>Я в школе и дома</i>	7			
11	Двигательный режим дня	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа с элементами практики
12	Почему устают глаза?	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Практикум
13	Гигиена позвоночника	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Встреча с мед.работником
14	Шалости и травмы	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа
15	«Я сажусь за уроки» (Переутомление и утомление)	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа с элементами практики
16	Я и опасность	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игра-викторина
17	Умники и умницы. Презентация «Как развивать память»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Интерактивная игра, практикум
	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	10			
18	О вредных привычках	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа

19	День здоровья «Здоровье сгубишь – новое не купишь»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игры на свежем воздухе
20	Спортивный час «Снежный ком»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игры на свежем воздухе
21	Разговор о правильном питании	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа с мед.работником
22	День здоровья «Сильные, смелые, умелые»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Веселые старты (игровая программа)
23	Оказание первой помощи при травмах	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Встреча с мед.работником Практикум
24	Управляй эмоциями и чувствами	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Тренинг
25-26	«Мы - олимпийцы»	2	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Участие в Малых олимпийских играх
27	Спортивный праздник «Формула здоровья»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Спортивный праздник
	Быстрее, выше, сильнее	5			
28	Подвижные игры: «Два мороза», «Салки с выручалками», эстафеты с мячами и другими снарядами.	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игротека
29	Сдача норм комплекса «Прыг-скок, прыг – скок»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Сдача норм гто
30	Школьные соревнования -шахматно-шашечный турнир	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Турнир
31	У леса на опушке	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Однодневный туристический поход
32	Весёлые старты	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Соревнования

	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	2			
33	Подведение итогов комплекса «Прыг-скок, прыг – скок»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Тестирование
34	Наши успехи и достижения	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Диагностика
	Итого:	34			

3 класс

«По дорожкам здоровья»

№ п/п	Тема	Часы	ЦОР/ЭОР	Дата	Виды, формы контроля
	<i>Введение «Здравствуй, школьная страна».</i>	3			
1	Здоровый образ жизни, что это?	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Устный опрос
2	«Суд книжки над неряхой-мальчишкой»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Устный журнал
3	«Остров здоровья»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игра
	<i>Питание и здоровье</i>	4			
4	Игра «Смак»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Интерактивная игра
5	Что значит правильное питание?	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Викторина
6	Ярмарка здоровой пищи		http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Агитбригада
7	Волшебный сундучок		http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school		Практикум

	<i>Моё здоровье в моих руках</i>	8	www.1september.ru	
8	Занятие по гигиеническим навыкам	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Разговор - рассуждение
9	Вредные микробы	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Устный журнал
10	Здоровье и труд рядом идут	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Презентация
11	Своя игра «Человек и здоровье»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Интерактивная игра
12	День здоровья «Спортивный аудит»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Игровая программа
13	Шутка минутка, а заряжает на час	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Игра
14	Заочное путешествие «Природа – источник здоровья»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Презентация
15	Моё здоровье в моих руках	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Конкурс рисунков
	<i>Я в школе и дома</i>	7		
16	Мой внешний вид –залог здоровья	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Беседа
17	Умей предупреждать болезни	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Встреча с медицинским работником
18	День здоровья «Игровые забавы»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Игры на свежем воздухе
19	Бесценный дар - зрение	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru	Беседа

20	Гигиена правильной осанки	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа с элементами практики
21	«Скорая помощь»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Встреча с медработником
22	Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Спортивный праздник
	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4			
23	В гостях у Мойдодыра	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Разговор на тему личной гигиены
24	Лесная аптека на службе человека	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Викторина
25	Питание и здоровье: полезные вкусы	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Презентация
26	Планета Здоровья	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игра
	<i>Быстрее, выше, сильнее</i>	5			
27	Мы - будущие олимпийцы	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		День здоровья
28	Легенды о происхождении олимпиады.	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Сдача норм гто
29	Школьные соревнования -шахматно-шашечный турнир	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Соревнования
30	Спортивный час	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игры на свежем воздухе
31	«Мама, папа, я –спортивная семья»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Веселые старты
	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	3			

32	Я и опасность	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Тестирование
33	«Я расту»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Сдача нормативов физического развития
34	Чему мы научились и чего достигли	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Диагностика
	Итого:	34			

4 класс

«Я, ты, он, она - мы - здоровая семья»

№ п/п	Тема	Часы	ЦОР/ЭОР	Дата	Виды, формы контроля
	<i>Введение «Здравствуй, школьная страна».</i>	4			
1	Здоровье и здоровый образ жизни	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Устный опрос
2	Правила личной гигиены	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Викторина
3	Физическая активность и здоровье	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Устный журнал
4	Как познать себя	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Практикум
	<i>Питание и здоровье</i>	5			
5	Питание - необходимое условие для жизни человека	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа
6	Здоровая пища для всей семьи	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Практикум

7	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Презентация
8	Щи да каша – пища наша.(Секреты здорового питания)	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Устный журнал
9	Богатырская силушка	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игры на свежем воздухе
	<i>Моё здоровье в моих руках</i>	7			
10	Домашняя аптечка	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Встреча с мед.работником
11	Мы за здоровый образ жизни	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Создание полотна здоровья
12	Олимпийский марафон	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Соревнования
13	Береги зрение смолоду	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Практикум
14	Как избежать искривления позвоночника?	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Встреча с мед.работником
15	Отдых для здоровья	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игры на свежем воздухе
16	Моё здоровье в моих руках	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Конкурс плакатов
	<i>Я в школе и дома</i>	6			
17	Мы здоровьем дорожим, соблюдаем свой режим	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Устный журнал
18	«Класс - не улица, ребята, и запомнить это надо!»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа
19	Спешите делать добро	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school		КТД

			www.1september.ru		
20	Мир вокруг нас	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Презентация
21	Экологическая тропа	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игра
22	Богатырские потешки	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игры на свежем воздухе
	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4			
23	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа
24	День здоровья «Щит и меч»	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Спортивные состязания
25	Полезные вкусности	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Агитбригада
26	Суд над вредными привычками	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игра
	<i>Быстрее, выше, сильнее</i>	5			
27	История возникновения Олимпийских игр	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Презентация
28	Олимпиада начинается в школе	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Малые Олимпийские игры
29	Школьная спартакиада	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Турнир
30	Шахматно-шашечный турнир	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Соревнования
31	Сдача нормативов спортивного комплекса	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Сдача норм ГТО

	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	3			
32	Заветный уголок	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Беседа
33	Колесо истории	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Игра
34	Умеем ли мы вести здоровый образ жизни	1	http://school-collektion.edu/ru www.openworld/school www.1september.ru		Диагностика
	Итого:	34			

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение курса внеурочной деятельности

Спортивный инвентарь: маты, коврики, гимнастические скамейки, мячи, обручи, кегли, скакалки, лыжи, санки

Настольные игры: шашки, детское домино, сюжетные настольные игры, пазлы.

Демонстрационный материал к викторинам, конкурсам.

Музыкальная фонотека.

Методические разработки праздников.