

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №232
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ №232 Адмиралтейского района
Санкт-Петербурга
от «30» августа 2018 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №232
Адмиралтейского района
Санкт-Петербурга
И.А. Прокофьева
Приказ № 156
«30» августа 2018 г.



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
по спортивно-оздоровительному направлению
«В здоровом теле - здоровый дух»**

название курса

(Программа рассчитана на 4 года, 135 часов, в 1 классе – 33 часа, 2-4 классы по 34 часа)

Программу составила:
преподаватель-организатор ОБЖ
Гладун К.К.

Санкт-Петербург

2018

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу спортивно-оздоровительного направления «В здоровом теле - здоровый дух » разработана на основании нормативных документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования РФ от 06.10.2009, №373 (с изменениями и дополнениями от 26.11.2010 года, 22.09.2011 года, 18.12.2012 года, 29.12.2014 года, 18.05.2015 года и 31.12.2015 года)
3. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 (далее – СанПиН 2.4.2.2821-10);
4. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
5. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования»;
6. ООП НОО ГБОУ СОШ №232 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга (приказ № 148 от 02.07.2018)
7. План внеурочной деятельности ГБОУ СОШ № 232 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга (приказ № 107-П от 22.05.2018).
8. Годового календарного учебного графика ГБОУ СОШ № 232 на 2018-2019 учебный год (приказ от 22.05.2018 № 107-П).

Место курса внеурочной деятельности в плане внеурочной деятельности

На изучение курса «В здоровом теле - здоровый дух» 135 часов, в 1 классе – 33 часа, 2-4 классы по 34 часа.

Актуальность

В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов начального образования относится сохранение и укрепление здоровья детей. ФГОС второго поколения определяет этот вопрос одним из приоритетных.

Чем выше уровень здоровья детей в современной школе, тем выше процент усвоения всей суммы знаний. Однако показатели последних лет говорят о снижении этого уровня.

Программа внеурочной деятельности «В здоровом теле – здоровый дух» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психического и нравственного здоровья. Программа построена на основе культурологического и личностно-ориентированного подхода. 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.

Цель программы - создание условий для повышения всех уровней здоровья учащихся (физического, психологического, нравственного).

Задачи программы:

- сохранить и укрепить здоровье учащихся;
- создавать межличностную атмосферу в классе;
- формировать у ребёнка необходимые УУД по здоровому образу жизни, учить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- привлекать родителей, учителей, медицинских работников и общественность к решению вопросов оздоровления детей.

Исполнители программы: учащиеся 1-4 классов в возрасте 7-11 лет, учителя начальных классов, медицинская сестра, родители, инспектора ГИБДД.

Направления педагогической деятельности:

- использование современных образовательных программ, методик и технологий;
- создание морально – психологического климата (моральную и бытовую среду в семье и в классе);
- использование рационального режима дня, труда и отдыха;
- создание санитарно-гигиенических условий учебно-воспитательного процесса.

Методы работы:

- педагогические («уроки здоровья», соревнования и т. д.);
- психологические (уроки развития и творчества);
- медицинские (профилактика отклонения со стороны органов зрения, работа с часто болеющими детьми и т. д.).

Технологии:

- технологии развивающего обучения (ТРО) строятся на плодотворных идеях Л.С. Выготского и Н.Ф. Виноградовой;
- технологии уровневой дифференциации обучения, построенные профессором Н.Ф. Виноградовой;
- педагогика сотрудничества, построенная на идеях великого педагога Ш.А. Амонашвили;
- технология раскрепощённого развития детей, в основу взяты идеи кандидатов медицинских наук И.В. Абрамовой и биологических наук Т.И. Бочкаревой.

Основные принципы построения программы:

- Комплексный междисциплинарный подход – основа программы. Формирование единой команды специалистов (учитель, врач, администрация, общественность), занимающихся проблемами сохранения здоровья младших школьников в начальной школе (команда единомышленников).

- Принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся – все, что происходит в начальной школе – от разработки планов, программ до проверки их выполнения, включая проведение уроков, перемен, организацию внеурочной деятельности, работу с родителями и др. - должно оцениваться с позиции влияния на психофизиологическое состояние и здоровье учащихся.

- Принцип триединого представления о здоровье – подход к категории в соответствии с определением Всемирной организации здравоохранения, т. е. как к единству физического, психологического, нравственного.

- Принцип доступности и индивидуализации. С учётом уровня индивидуальной подготовленности ребёнка, его двигательных способностей и состояния здоровья намечаются пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима, приобщение к разным формам познавательной активности. Таким образом, исключаются негативные и вредные последствия для организма учащихся вследствие чрезмерных требований и заданий.

- Принцип оздоровительной направленности и формирования ответственности у учащихся за своё здоровье и здоровье окружающих.

- Принцип активного привлечения родителей к работе по сохранению и укреплению здоровья через различные виды родительских собраний, лекций, консультаций со специалистами, анкетирование, участие в жизни класса и школы и т. д.

Основные формы работы:

- беседы;
- родительские собрания;
- родительские лектории;
- индивидуальные консультирования;
- совместные мероприятия;
- конкурсы;
- игровые программы и игры;
- мониторинги, анкетирования;
- семейные праздники;
- часы общения;
- тренинги;
- устные журналы;
- диспуты;
- викторины;
- заочные путешествия;
- экскурсии;
- презентации;
- проектная и исследовательская деятельность;
- динамические перемены.

Материально техническая база

Учебные пособия:

- наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы): картины русских художников; плакаты; схемы: профилактика инфекционных заболеваний и др.;
- измерительные приборы: весы, часы и их модели.

Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: ноутбук, мультимедийный проектор, интерактивная доска.

Планируемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами 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 является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятие с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на занятие;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, уметь 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;
- средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

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.

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).

Результаты деятельности на курсах:

Создание индивидуального «Дневника Здоровья».

Требования к знаниям и умениям учащихся в процессе реализации программы

В ходе реализации образовательной программы внеурочной деятельности «В здоровом теле – здоровый дух» учащиеся 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 укрепления 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;
- 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.

Оздоровительные результаты программы:

- снижение случаев простудных заболеваний;
- повышение уровня физического и психологического здоровья учащихся;
- повышение уровня воспитанности учащихся;
- повышение уровня адаптированности первоклассников;
- повышение качества обучения.

Композиция построения кружковых занятий

по программе «В здоровом теле – здоровый дух»

Курс преподаётся непрерывно в течение 4 лет в начальной школе, еженедельно 1 занятие в неделю с общим охватом 34 часа в год, в 1 классе – 33. Состоит из четырёх взаимосвязанных блоков. Номер блока реализуемого в течение одного учебного года, соответствует классу обучения учащихся.

№	Наименование блока	Класс	Основные предназначения блока
1	«Первые шаги к здоровью»	1 класс	Первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими
2	«Если хочешь быть здоров»	2 класс	Культура питания и этикет, понятие об иммунитете, закаливающие процедуры, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края
3	«По дорожкам здоровья»	3 класс	Интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, понятие о микробах, вредные привычки и их профилактика, применение лекарственных растений в профилактических целях
4	«Я, ты, он, она - мы здоровая семья»	4 класс	Формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена школьной одежды, профилактика вредных привычек, культура эмоций и чувств

Содержание программы

Образовательная программа «В здоровом теле – здоровый дух» реализуется во внеурочное время в спортивно-двигательном режиме через кружковые занятия и план мероприятий. Кружковые занятия делятся на теорию и практику. Теоретические занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями необходимыми для развития навыков ребенка. Теоретические занятия проходят в форме бесед, лекций, устных журналов, диспутов, в которые включены вопросы гигиены, питания, закаливания, строения человека, вопросы, связанные с факторами, укрепляющими и разрушающими здоровье и т. д. В занятия включены не только вопросы физического здоровья, но и вопросы духовного здоровья. Мало научить ребенка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Надо, чтобы уже с раннего детства он учился любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров. 70% содержания планирования

направлено на практические занятия. Основная задача практических занятий - учить использовать полученные знания в повседневной жизни. Теоретические и практические занятия реализуются в основном через план мероприятий по программе «В здоровом теле – здоровый дух», здоровьесберегающие технологии, охватывающие все направления педагогической деятельности.

Технологии уровневой дифференциации обучения

Теоретические и практические занятия выстраиваются дифференцированно с учетом индивидуальных возможностей и способностей учащихся. Появляется возможность эффективнее работать с различными категориями учащихся: «сильными» и «слабыми», одарёнными детьми, детьми, имеющими трудности в обучении и общении, «трудными», «опекаемыми» детьми и их семьями.

Педагогика сотрудничества

Технология раскрепощённого развития детей

- Практические занятия в основном проводятся в спортивном зале, физические и танцевальные упражнения, игры, упражнения по формированию осанки, укреплению зрения, кинезиологические упражнения, пальчиковую гимнастику, уроки творчества, смены деятельности и развития, коррекционные занятия и т.д.
- В течение всех занятий определяется и фиксируется психологический климат, проводится эмоциональная разрядка через игровые технологии (игры на расслабление).

**Календарно-тематическое планирование кружковых занятий
по программе «В здоровом теле – здоровый дух»**

1 класс «Первые шаги к здоровью»

№ занятия	Дата проведения занятия	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Кол-во часов на теорию	Кол-во часов на практику
1	03.09.18 08.09.18	Режим дня - здоровый образ жизни	Беседа	1	1	
2	10.09.18 15.09.18	Чистота-залог здоровья!	Практическая игра	1		1
3	17.09.18 22.09.18	Азбука безопасности на дороге	Просмотр видеофильма	1	1	
4	24.09.18 29.09.18	Законы улиц и дорог	Деловая игра	1		1
5	01.10.18 06.10.18	В гостях у Мойдодыра	Кукольный спектакль	1		1
6, 7	08.10.18 20.10.18	Витамины наши друзья и помощники	Устный журнал, КВН	2	1	1
8	22.10.18 27.10.18	Ю. Тувим «Овощи»	Кукольный театр	1		1
9	05.11.18 10.11.18	Как и чем мы питаемся	Игровая программа	1		1
10	12.11.18 17.11.18	Красный, желтый. Зеленый	Викторина	1		1
11	19.11.18 24.11.18	Умеем ли мы правильно питаться	Викторина	1		1
12, 13	26.11.18 08.12.18	Подвижные игры на свежем воздухе	Игры	2		2
14	10.12.18 15.12.18	День здоровья_ «Мы болезнь победим, быть здоровыми хотим»	Игровая программа	1		1
15	17.12.18 22.12.18	Мой внешний вид-залог здоровья	Конкурс	1		1
16	24.12.18 29.12.18	Глаза - главные помощники человека	Беседа	1	1	
17	14.01.19 19.01.19	Чтобы уши слышали	Лекция	1	1	
18	21.01.19 26.01.19	Прежде чем за стол мне сесть, я подумаю, что съесть	Устный журнал	1	1	
19, 20	28.01.19 16.02.19	Знаешь ли ты правила поведения в школе	Беседа, игра-практикум	2	1	1

21, 22	18.02.19 02.03.19	Правила поведения в общественных местах	Лекторий, деловая игра	2	1	1
23	04.03.19 09.03.19	Как обезопасить свою жизнь	Час общения	1	1	
24	11.03.19 16.03.19	В здоровом теле здоровый дух	Акция	1		1
25	18.03.19 23.03.19	Осторожно, тонкий лёд!	Диспут	1	1	
26	01.04.19 06.04.19	Веселые переменки	Игра	1		1
27	08.04.19 13.04.19	Пальчиковая гимнастика	Игра	1		1
28	15.04.19 20.04.19	Физкультминутки с элементами самомассажа	Игра	1		1
29	22.04.19 27.04.19	Молодость и здоровье - нам с бабулей подспорье	Игра-расследование	1		1
30	29.04.19 04.05.19	Надёжная защита организма, здоровое питание	Диспут	1	1	
31, 32	06.05.19 18.05.19	Уроки здоровья	Ролевые игры	2		2
33	20.05.19. 24.05.19	Чему мы научились за год	Устный журнал	1	1	

**Календарно-тематическое планирование кружковых занятий
по программе «В здоровом теле – здоровый дух»
2 класс «Если хочешь быть здоров»**

№ занятия	Дата проведения занятия	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Кол-во часов на теорию	Кол-во часов на практику
1	03.09.18 08.09.18	Что мы знаем о ЗОЖ	Круглый стол	1	1	
2	10.09.18 15.09.18	Я хозяин своего здоровья	Утренник	1		1
3	17.09.18 22.09.18	Я хозяин своего здоровья	Диспут	1	1	
4	24.09.18 29.09.18	Правильное питание – залог здоровья	Беседа	1	1	
5	01.10.18 06.10.18	Меню из трех блюд на всю жизнь	Практикум	1		1
6	08.10.18 13.10.18	Культура питания. Этикет	Лекторий	1	1	
7	15.10.18 20.10.18	Я выбираю кашу	Спектакль	1		1
8	22.10.18 27.10.18	Что дает нам море	Заочное путешествие	1		1
9	05.11.18 10.11.18	Светофор здорового питания	КВН	1		1
10	12.11.18 17.11.18	Сон и его значение для здоровья человека	Игра-путешествие	1		1
11, 12	19.11.18 01.12.18	Закаливание в домашних условиях	Тренинг, выставка рисунков	2		2
13	03.12.18 08.12.18	День здоровья «Будьте здоровы»	Игровая программа	1		1
14	10.12.18 15.12.18	Как сохранять и укреплять своё здоровье. Иммуитет	Беседа	1	1	
15, 16	17.12.18 29.12.18	Упражнения по формированию осанки	Игры	2		2
17	14.01.19 19.01.19	Гимнастика для глаз	Тренинг	1		1
18	21.01.19 26.01.19	Пальчиковая гимнастика	Игра	1		1
19	28.01.19 02.02.19	Спорт в жизни ребёнка	Круглый стол	1	1	
20	04.02.19 09.02.19	Слагаемые здоровья	Конкурс	1		1

21	11.02.19 16.02.19	Гигиена и здоровье	Практикум	1		1
22	18.02.19 23.02.19	В здоровом теле – здоровый дух	Соревнование	1		1
23, 24	25.02.19 09.03.19	Азбука дорожного движения	Лекторий, выставка рисунков	2	1	1
25, 26	11.03.19 23.03.19	Безопасность на дороге	Беседа, тренинг	2	1	1
27	01.04.19 06.04.19	Почему мы говорим неправду? Поможет ли обман?	Диспут	1	1	
28	08.04.19 13.04.19	Спеши делать добро	Игра	1		1
29	15.04.19 20.04.19	День здоровья «Самый здоровый класс»	Игровая программа	1		1
30	22.04.19 27.04.19	А. Колобова «Красивые грибы»	Кукольный спектакль	1		1
31	29.04.19 04.05.19	Первая помощь при отравлении	Практикум	1		1
32	06.05.19 11.05.19	Вкусные и полезные вкусы	КВН	1		1
33	13.05.19 18.05.19	Подвижные игры на свежем воздухе	Игровая программа	1		1
34	20.05.19. 24.05.19	Наши успехи и достижения	Устный журнал	1	1	

**Календарно-тематическое планирование кружковых занятий
по программе «В здоровом теле – здоровый дух»
3 класс «По дорожкам здоровья»**

№ занятия	Дата проведения занятия	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Кол-во часов на теорию	Кол-во часов на практику
1		Здоровый образ жизни, что это?»	Беседа	1	1	
2		Личная гигиена	Викторина	1	1	
3		Здоровяк предупреждает	КВН	1		1
4		Остров здоровья	Игра - путешествие	1		1
5		Смак	Игра	1		1
6		Правильное питание - залог физического и психологического здоровья	Час общения	1	1	
7		Вредные микробы	Лекторий	1	1	
8		Что такое здоровая пища и как её приготовить	Практикум	1		1
9		Чудесный сундучок	КТД	1		1
10		Труд и здоровье	Диспут	1	1	
11		Наш мозг и его волшебные действия	Тренинг	1		1
12		День здоровья «Хочу остаться здоровым»	Игровая программа	1		1
13, 14		Как укрепить и сохранить свое здоровье	Беседа, тренинг	2	1	1
15		Природа – источник здоровья	Экскурсия	1		1
16		Моё здоровье в моих руках	Исследование	1		1
17		Мой внешний вид - залог здоровья	Беседа	1	1	
18		Доборечие	Игра	1		1
19		С.Преображнский «Капризка»	Спектакль	1		1
20, 21		Гигиена правильной осанки	Практикум	2	1	1
22		Спасатели, вперёд!	Игровая программа	1		1
23		Движение – это жизнь	Акция	1		1
24		День здоровья	Игровая	1		1

		«Дальше, быстрее, выше»	программа			
25, 26		Разговор о правильном питании	Тренинг, выставка рисунков	2	1	1
27		Мир моих увлечений	Устный журнал	1	1	
28, 29		Вредные привычки и их профилактика	Проект	2	1	1
30		А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	Кукольный театр	1		1
31, 32		Лесная аптека на службе человека	Проект	2	1	1
33		Не зная броду, не суйся в воду	Познавательная игра	1		1
34		Чему мы научились и чего достигли	Устный журнал	1	1	

**Календарно-тематическое планирование кружковых занятий
по программе «В здоровом теле – здоровый дух»
4 класс «Я, ты, он, она - мы здоровая семья»**

№ занятия	Дата проведения занятия	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Кол-во часов на теорию	Кол-во часов на практику
1		Здоровье и здоровый образ жизни	Игра	1		1
2		Правила личной гигиены	Диспут	1	1	
3		Физическая активность и здоровье	Тренинг	1		1
4		Как познать себя	Практикум	1		1
5		Питание необходимое условие для жизни человека	Беседа	1	1	
6		Кулинарные обычаи	Игра-путешествие	1		1
7		Питание и красота	Кулинарный практикум	1		1
8, 9		Как питались в стародавние времена и питание в наше время	Проект	2	1	1
10		Богатырская сила	Соревнование	1		1
11		День здоровья «В здоровом теле – здоровый дух»	Игровая программа	1		1
12		Домашняя аптечка	Просмотр видеофильма	1	1	
13		Мы за здоровый образ жизни	Практическая игра	1		1
14		Сколько стоит твоё здоровье	Спортивный марафон	1		1
15		Береги зрение с молодости	Тренинг	1		1
16		Как избежать искривления позвоночника	Тренинг	1		1
17		Умеем ли мы отвечать за своё здоровье	КВН	1		1
18		Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим	Практическая игра	1		1
19		Класс не улица ребята и запомнить это надо!	Диспут	1	1	

20		Спеши делать добро	Кукольный театр	1		1
21, 22		Мода и школьные будни	Проект	2	1	1
23		Делу время, потехе час	КВН	1		1
24		Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	Тренинг	1		1
25		День здоровья «За здоровый образ жизни»	Игровая программа	1		1
26		С. Преображенский «Огородники»	Кукольный спектакль	1		1
27		Разговор о правильном питании	Диспут	1	1	
28, 29		Кухни разных народов	Проект	2	1	1
30		Причина несчастных случаев на природе	Беседа	1	1	
31		Злой колдун - наркотик	Дискуссия	1	1	
32		День здоровья «Движение – это жизнь»	Соревнование	1		1
33		Гордо реет флаг здоровья	Праздник	1		1
34		Умеете ли вы вести здоровый образ жизни	КВН	1		1

Используемая литература:

1. И. В. Абрамова, Т. И. Бочкарёва. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе: методическое пособие. Самара: СИПКРО, 2004 год.
2. С. А. Авилова, Т. В. Калинина. Игровые и рифмованные формы физических упражнений: сценки, игры-подражания, комплексы упражнений, стихотворения с движениями. Волгоград: Учитель, 2008 год.
3. О. А. Степанова. Игра и оздоровительная работа в начальной школе: методическое пособие для учителей начальной школы, воспитателей группы продлённого дня, педагогов дополнительного образования и родителей. Серия «Игровые технологии» - Москва ТЦ Сфера, 2004 год.
4. Интернет-ресурсы: [http:// sipkro.ru](http://sipkro.ru), nsportal.ru, standart.edu.ru.
5. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002. - 205 с.
6. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
7. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
8. Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 - 2003, с.57.