РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление ***спортивно-оздоровительное***

Наименование объединения ***«Здоровейка»***

Сроки реализации ***4 года***

Возраст обучающихся ***7 – 11 лет***

Ф.И.О. учителя ***Яновская Ольга Евгеньевна***

г. Армавир Краснодарского края

Пояснительная записка

Обучать школьников бережному отношению к своему здоровью необходимо с раннего детства. На это направлена реализация программы по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка». В настоящее время в условиях работы с детьми в режиме повышенной готовности проблема сохранения здоровья стала чрезвычайно важной. Существенным моментом частого заболевания детей младшего школьного возраста является незнание ими элементарных правил здоровой жизни, основных навыков сохранении здоровья и умения применять знания на практике. Решающая роль в решении привития детям навыком здорового образа жизни отводится школе. Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы и в дальнейшем служить на благо своей Родины. 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. Данная программа помогает создать поведенческую модель, которая направлена на развитие коммуникабельности, толерантности, умение вычленять из объёма полученных знаний нужную информацию, принимать адекватное решение, ориентироваться в информационном пространстве. Программа рассчитана на учащихся начальных классов. Для формирования привычки к здоровому образу жизни младших школьников необходима

совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой, администрацией школы. Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе, использоваться не только во внеурочной деятельности, но и при изучении учебных предметов, а также при организации летнего отдыха учащихся на дневных площадках.

Цель программы:

Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников устойчивой позиции к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в сохранении здоровья и достижении успеха.

Задачи:

1. Формирование здоровой социально активной личности.

2. Профилактика вредных привычек.

3. Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития.

4. Расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта и в вопросах сохранения и укрепления здоровья.

5. Формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни.

6. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

7. Развитие у детей взаимопонимания, уважения и толерантности друг к другу.

Общая характеристика курса

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» предназначена для обучающихся с 1-го по 4-й класс. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения занятий, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 35 минут.

Программа «Здоровейка» предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально значимые модели поведения.

Здоровьесберегающая организация внеурочной деятельности предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника: игры (в том числе на свежем воздухе); беседы; просмотр видеофильмов, презентаций, таблиц; викторины, конкурсы, выполнение тестовой работы как формы проверки полученных знаний.

Основные направления реализации программы:

– организация и проведение исследований уровня физического и психофизического здоровья учащихся;

– санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;

– организация и проведение инструктажей по технике безопасности в разных ситуациях;

– организация здорового питания учащихся;

– проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;

– организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;

– организация и проведение динамических пауз, прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;

– организация и проведение профилактической работы с родителями;

– организация встреч родителей с медицинскими работниками;

– просвещение родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей;

– организация и проведение мероприятий с использованием спортивных упражнений и развивающих упражнений с разными предметами;

– активное использование пришкольных спортивных площадок в рамках работы программы.

Методические рекомендации

Современное занятие по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления должно включать в себя три типа занятий: образовательно-познавательное, образовательно-обучающее и образовательно-тренировочное. В своей работе педагог должен ориентироваться не только на усвоение ребёнком знаний и представлений о здоровом образе жизни, но и на становление его мотивационной сферы в реализации гигиенического поведения, на формирование навыков здорового образа жизни. Методика работы с детьми должна строиться в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на учёт возрастных особенностей. Содержание занятий наполнено игровыми

моментами. Учитель, эмоционально воздействуя на ребёнка, опирается на произведения классиков детской литературы, так знакомыми детьми, а постоянная смена деятельности и разнообразие форм и приёмов позволяют удерживать внимание младших школьников и более прочно запоминать материал.

Для прочного усвоения знаний рекомендуется использовать материал из рабочих тетрадей по спортивно-оздоровительному направлению:

1. Краснопёрова В. Развивающие задания для школьников.

2. Хухлаева О. Тропинка к своему Я. /Рабочая тетрадь школьника.

3. Безруких М., Филиппова Т. Разговор о правильном питании.

Место курса в учебном плане

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» предназначена для учащихся начальных классов и рассчитана на 1 час в неделю (33-34 учебные недели).

Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Здоровейка»

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Здоровейка» по спортивно-оздоровительному направлению разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования и направлена на обеспечение достижения планируемых результатов освоения ООП НОО.

Личностные результаты освоения программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка»

- демонстрировать осознанную дисциплину при достижении поставленных целей и задач;

- активно взаимодействовать при общении со сверстниками на принципах взаимопомощи и уважения, доброжелательности сопереживания;

- оказывать помощь своим сверстникам, основанную на бескорыстии, научиться работать в коллективе, учитывая мнение других;

- научиться управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях, проявлять положительные качества личности в решении спорных ситуаций.

Метапредметные результаты освоения программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка»

- уметь охарактеризовать свои и чужие действия и поступки, давать им объективную оценку на основе имеющегося опыта и освоенных знаний;

- проводить анализ и объективно оценивать результаты своего и чужого труда, редактировать свои действия;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности: обеспечить сохранность инвентаря и оборудования, рационально оборудовать место занятий;

- соблюдать сохранность природы во время активного отдыха;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, выбирать наиболее подходящие способы их исправления;

- осуществлять общение и взаимодействие с одноклассниками на принципах взаимоуважения и толерантности, дружбы и взаимопомощи;

- планировать собственную деятельность, рационально распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;

- следить за правильностью выполнения базовых упражнений, использовать умения и навыки в играх и соревнованиях.

Предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка»

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;

- выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

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

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

Содержание курса внеурочной деятельности «Здоровейка» с указанием форм организации и видов деятельности

1 класс

Содержание курса, формы организации	**Вид деятельности**
Дружи с водой	
Советы Воды. Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Заучивание слов. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды. Подвижные игры на свежем воздухе.	Словесные: рассказ, беседа по теме, заучивание слов «От простой воды и мыла у микробов тают силы», анализ сказки Наглядные: демонстрация, «Сказка о микробах» Практические: анализ игровой ситуации, стадии мытья и вытирания рук, оздоровительная минутка
Друзья Вода и мыло. Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Подвижные игры на свежем воздухе.	
Забота о глазах	
Глаза – главные помощники человека. Беседа об органах зрения. Заучивание слов. Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Игра «Полезно – вредно». Правила бережного отношения к зрению.	Словесные: беседа по теме, заучивание слов «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу» Наглядные: наблюдение опыта Практические: игра «Полезно-вредно», оздоровительная минутка «Гимнастика для глаз»
Подвижные игры	

Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», Раз, два, три-беги!»	Словесные: беседа по теме Наглядные: разучивание подвижных игр Практические: подвижные игры, эстафеты
Уход за ушами	
Чтобы уши слышали. Разыгрывание ситуации. Проведение опытов. Оздоровительная минутка. Правил сохранения слуха. Подвижные игры на свежем воздухе.	Словесные: беседа по теме, рассказ Наглядные: наблюдение опыта, наблюдение самомассажа ушей Практические: проведение опыта, оздоровительная минутка «Самомассаж ушей»
Уход за зубами	
Почему болят зубы. Игра «Угадай-ка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, разучивание стихотворения Наглядные: стихотворение С. Михалкова «Как у нашей Любы…», стихотворение «Как поел, почистил зубки…» Практические: рисование, практикум «Чистка зубов», упражнения, оздоровительная минутка
Чтобы зубы были здоровыми. Беседа. Знакомство с доктором Здоровая Пища. Упражнение «Спрятанный сахар». Оздоровительная минутка. Зачем человеку зубная щётка? Практическая работа. Разучивание стихотворение. Тест.	
Как сохранить улыбку красивой?	

Психологический тренинг «Сотвори солнце в себе». Практические занятия. Оздоровительная минутка. Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.	«Держи осанку», «Сотвори солнце в себе»
Уход за руками и ногами	
«Рабочие инструменты» человека». Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками. Оздоровительная минутка. Игра-соревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая работа.	Словесные: беседа по теме Наглядные: наблюдение Практические: упражнения, игра-соревнование, оздоровительная минутка
Подвижные игры	
Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч».	Словесные: беседа по теме Наглядные: разучивание подвижных игр Практические: подвижные игры, эстафеты
Забота о коже	
Зачем человеку кожа. Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей.	Словесные: беседа по теме, рассказ Наглядные: наблюдение, плакат «Кожа» Практические: проведение опыта, игра, упражнения, этюд, оздоровительная минутка
Надёжная защита организма. Беседа об органах чувств. Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Работа по таблице «Строение кожи».	

Моделирование схемы. Тест.	
Если кожа повреждена. Рассказ учителя о повреждениях кожи. Игра «Можно или нельзя». Оздоровительная минутка «Этюд души». Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?»	
Подвижные игры	
Разучивание игр «Круговые салки», эстафеты со скакалками, «Весёлая эстафета», «Поезд».	Словесные: беседа по теме Наглядные: разучивание подвижных игр Практические: подвижные игры, эстафеты
Как следует питаться	
Питание – необходимое условие для жизни человека. Повторение правил здоровья. Заучивание слов. Встреча с доктором Здоровая Пища. Упражнение для осанки «Гора». Работа по таблице «Органы пищеварения». Игра «Продолжи сказку».	Словесные: заучивание слов «Рано утром просыпайся…», беседа по теме, продолжение сказки Наглядные: стихотворение С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала», наблюдение Практические: упражнения, игра, опыт, оздоровительная минутка
Здоровая пища для всей семьи. Анализ ситуации. Игра «Угадайка». Проведение опыта. Оздоровительная минутка. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?». Золотые правила питания.	
Как сделать сон полезным?	
Сон – лучшее лекарство. Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Повторение правил здоровья Анализ ситуации.	Словесные: беседа, анализ стихотворения Наглядные: стихо-

Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам». Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».	творение С. Михалкова «Не спать», плакат «Режим дня школьника» Практические: игра, оздоровительная минутка
Настроение в школе	
Как настроение? Оздоровительная минутка. Упражнение «Азбука волшебных слов. Тест.	Словесные: беседа по теме Наглядные: наблюдение Практические: упражнения по теме, оздоровительная минутка
Настроение после школы	
Я пришёл из школы. Беседа. Анализ и разыгрывание ситуации. Упражнение «Любишь – не любишь», Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ».	Словесные: беседа по теме, анализ ситуации, Наглядные: демонстрация и наблюдение сценки Практические: выполнение заданий, игра, тест, рисование, анкетирование, оздоровительная минутка
Подвижные игры	
Подвижные игры по выбору детей	Словесные: беседа по теме Наглядные: разучивание подвижных игр Практические:

	подвижные игры, эстафеты
Поведение в школе	
Я – ученик. Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?» Творческая работа «Придумай правила». Анализ ситуаций. Чтение и работа по содержанию рассказов М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой».	Словесные: беседа, анализ ситуации Наглядные: стихотворение Б. Заходера «Перемена», рассказ «Федя на перемене», рассказ М. Куниной «В гардеробе» Практические: оздоровительная минутка, игра
Вредные привычки	
Вредные привычки. Беседа «Это красивый человек». Игра «Да - нет». Оздоровительная минутка «Деревце». Анализ ситуации. Слово учителя. Заучивание слов. Это нужно запомнить! Практическая работа в парах.	Словесные: беседа по теме, анализ ситуации, рассказ, заучивание слов Наглядные: демонстрация и наблюдение сценки Практические: решение задач, оздоровительная минутка, разыгрывание ситуации
Подвижные игры	
Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня».	Словесные: беседа по теме Наглядные: разучивание подвижных игр Практические: подвижные игры, эстафеты

Мышцы, кости и суставы	
Скелет – наша опора. Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка «Самомассаж ушей». Это интересно. Правила первой помощи.	Словесные: беседа по теме, анализ ситуации Наглядные: плакат «Скелет человека», Практические: упражнения по теме, оздоровительная минутка
Осанка – стройная спина! Это интересно! Оздоровительная минутка. Работа по таблице. Правила для поддержания правильной осанки. Практические упражнения.	
Как закаляться. Обтирание и обливание	
Если хочешь быть здоров. Сказка о микробах. Встреча с медработником. Правила закаливания. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Творческая работа. Это интересно! Тест «Здоровый человек – это…» Подвижные игры на свежем воздухе.	Словесные: беседа по теме, объяснение Наглядные: выставка рисунков Практические: рисунки по теме, выполнение заданий, оздоровительная минутка
Как правильно вести себя на воде	
Правила безопасности на воде. Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде. Работа по таблицам «Учись плавать». Имитация движений пловца.	Словесные: беседа по теме Наглядные: плакаты по теме Практические: выполнение заданий, оздоровительная минутка
Подвижные игры	
Подвижные игры. Весёлые старты.	Словесные: беседа по

	теме Наглядные: разучивание подвижных игр Практические: подвижные игры, эстафеты
Доктора природы (обобщающие)	
Игра-рассуждение «Здоровый человек-это…», Оздоровительная минутка. Игра «Хорошо-плохо». Повторение правил здоровья. Памятка Здоровичков. Анализ ситуаций. Подвижные игры на воздухе.	Словесные: беседа по теме, анализ ситуаций, работа с пословицами, заучивание слов Наглядные: рисунки любимых детских персонажей Практические: дидактические игры, подвижные игры

Содержание курса внеурочной деятельности «Здоровейка» с указанием форм организации и видов деятельности

2 класс

Содержание курса, формы организации	**Вид деятельности**
Почему мы болеем	
Причины болезни. Слово учителя. Повторение девиза «Уроков здоровья». Разбор ситуаций. Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов.	Словесные: рассказ, беседа по теме Наглядные: плакаты по теме Практические: уп-
Признаки болезни. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Грипп».	

Оздоровительная минутка. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Практическая работа по составлению правил «Как помочь больному?	ражнения по теме, игра-соревнование, тест, оздоровительная минутка
Как здоровье? Игра- соревнование «Кто больше знает?». Тест «Твоё здоровье», Оздоровительная минутка. Практическая работа «Помоги себе сам».	
Кто и как предохраняет нас от болезней	
Как организм помогает себе. Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка. Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?». Составление памятки «Как правильно готовить уроки».	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: плакат «Режим дня школьника», стихотворение С. Михалкова «Разве что-то есть на свете…» Практические: упражнения по теме, тест, оздоровительная минутка
Здоровый образ жизни. Повторение правил. Анализ ситуации. Игра «Вставь словечко». Оздоровительная минутка. Викторина «Правила здоровья»	
Кто нас лечит	
Какие врачи нас лечат. Повторение составляющих здорового образа жизни. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Самоанализ здоровья.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение С. Михалкова «Разве что-то есть на свете…» Практические: валеологический самоанализ, оздоровительная минутка

Прививки от болезней	
Инфекционные болезни. Слово учителя. Словарная работа. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Поднялась температура…»	Словесные: рассказ, беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: запись слов «инфекция» и «иммунитет», стихотворение С. Михалкова «Поднялась температура…» Практические: игра, оздоровительная минутка
Прививки от болезней. Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении С.Михалкова «Прививка». Оздоровительная минутка. Игра «Полезно – вредно».	
Что нужно знать о лекарствах	
Какие лекарства мы выбираем. Игра «Кто больше знает?» Беседа «Из чего получают лекарства». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: запись слов «аллергия» и «антибиотики», лекарственные препараты Практические: валеологический самоанализ, анализ ситуации, оздоровительная минутка
Домашняя аптечка. Игра «Светофор здоровья». Анализ ситуации. Работа над стихотворением С. Михалкова «Для больного человека…» Аптека дома. Оздоровительная минутка. Это полезно знать!	
Как избежать отравлений	
Отравление лекарствами. Беседа по теме. Игра – соревнование «Кто больше?» Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления. Помоги себе сам! Практическая работа.	Словесные: беседа по теме Наглядные: сказка К. Чуковского «Айболит» Практические: проверка пульса, оздоровительная минутка
Пищевые отравления. Повторение признаков лекарственного отравления.	

Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Признаки пищевого отравления. Первая помощь при отравлениях.	
Безопасность при любой погоде	
Если солнечно и жарко. Повторение правил поведения при пищевом отравлении. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Забыла Таня про обед…» Оздоровительная минутка. Признаки солнечного ожога. Практическая работа «Помоги себе сам!»	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение Ф. И. Тютчева «Люблю грозу в начале мая…», картина К. Е. Маковского «Дети, бегущие от грозы» Практические: «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
Если на улице дождь и гроза. Повторение правил. Беседа по картине К. Маковского «Дети, бегущие от грозы». Правила поведения при грозе. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам!	
Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте	
Опасность в нашем доме. Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Мама приходит с работы…» Правила безопасного поведения в доме. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение Э. Успенского «Мама приходит с работы», стихотворение С. Михалкова «Возле площади затор…» Практические: игра, оздоровительная минутка
Как вести себя на улице. Рассказ учителя. Правило перехода улицы в местах, где нет светофора. Игра «Светофор здоровья». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Заучивание слов. Правила безопасности поведения в транспорте.	

Правила безопасного поведения на воде	
Вода – наш друг. Правила поведения на воде. Обсуждения стихотворения И. Емельянова. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья». Когда опасность рядом.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение С. Михалкова «У моста стоит Авось…» Практические: игра, оздоровительная минутка
Правила обращения с огнем	
Чтобы огонь не причинил вреда. Беседа «Чем опасен огонь?» Правила поведения при пожаре в доме. Обсуждение ситуаций. Оздоровительная минутка. Практическая работа «План эвакуации при пожаре».	Словесные: беседа по теме Наглядные: план эвакуации школы Практические: разбор ситуаций, игра, оздоровительная минутка
Как уберечься от поражения электрическим током	
Чем опасен электрический ток. Чем опасен электрический ток. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка. Викторина «Светофор здоровья».	Словесные: беседа по теме Наглядные: памятка Практические: игра, оздоровительная минутка
Как уберечься от порезов, ушибов, переломов	
Травмы. Виды травм. Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах (практическая работа в парах). Оздоровительная минутка. Заучивание слов.	Словесные: беседа по теме, заучивание слов Наглядные: стихотворение Практические: первая помощь при травме, оздо-

	ровительная минутка
Как защититься от насекомых	
Укусы насекомых. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Вдруг какой – то страшный зверь…» Признаки аллергии. Помоги себе сам. Оздоровительная минутка. Словарная работа. Заучивание слов.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: запись слова «пинцет», стихотворение С. Михалкова Вдруг какой-то страшный зверь…» Практические: признаки аллергии, оздоровительная минутка
Предосторожности при обращении с животными	
Что мы знаем про собак и кошек. Беседа о домашних животных. Обсуждение стихотворения. Правила обращения с животными. Оздоровительная минутка. Составление правил. Это интересно!	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение «Не зря собака тех кусает…» Практические: правила обращения с животными, «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом	
Отравление ядовитыми веществами. Виды отравлений. Игра – соревнование «Кто больше знает?» Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья» Признаки отравления ядовитыми веществами. Словарная работа. Первая	Словесные: беседа по теме, заучивание слов Наглядные: стихотворение «Если в доме появился дым…», С. Маршака «Заклубился дым

помощь при отравлениях.	угарный...»
Отравление угарным газом Беседа по теме. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Признаки отравления угарным газом. Помоги себе сам (составление правил). Игра «Вставь пропущенные слова».	Практические: правила обращения с животными, «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении	
Как помочь себе при тепловом ударе. Рассказ учителя. Признаки теплового удара. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Игра «Светофор здоровья».	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение С. Михалкова «Мороз и Морозец» Практические: «Признаки теплового удара», «Признаки обморожения», «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
Как уберечься от мороза Работа с отрывком из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения. Оздоровительная минутка. Составление правил. Игра «Полезно – вредно».	
Первая помощь при травмах	
Растяжение связок и вывих костей. Повторение «Какие бывают травмы». Рассказ учителя. Признаки растяжения связок и вывиха костей. Оздоровительная минутка. Практическая работа в группах.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение С. Михалкова «Таня пальчик наколола…» Практические: «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
Переломы. Виды переломов. Знакомство с правилами. Оздоровительная минутка. Практическая работа в парах.	
Если ты ушибся или порезался. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова	

«Таня пальчик наколола…» Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Словарная работа. Практическая работа в парах.	
Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос	
Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело. Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо. Отгадывание кроссворда «Органы».	Словесные: беседа по теме Наглядные: плакаты по теме Практические: упражнения по теме, опрос, оздоровительная минутка
Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек	
Укусы змей. Рассказ учителя. Это интересно! Признаки укусы змеи. Оздоровительная минутка. Первая помощь при укусе змеи. Отгадывание кроссворда.	Словесные: беседа по теме Наглядные: плакаты по теме Практические: упражнения по теме, опрос, оздоровительная минутка
Сегодняшние заботы медицины	
Расти здоровым. Рассказ учителя о неизлечимых болезнях века. Оздоровительная минутка. Решение задач.	Словесные: беседа по теме Наглядные: плакаты по теме Практические: оздоровительная минутка
Воспитай себя. Беседа по теме. Тест «Оцени себя сам». Оздоровительная минутка.	
Я выбираю движение. Обобщающий урок. Урок – праздник «В путь дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйтесь!»	

Содержание курса внеурочной деятельности «Здоровейка» с указанием форм организации и видов деятельности

3 класс

Содержание курса, формы организации	**Вид деятельности**
Чего не надо бояться	
Как воспитывать уверенность и бесстрашие. Беседа по теме «Как воспитывать уверенность и бесстрашие.» Работа по стихотворению Э Успенского «Академик Иванов». Анализ ситуации по стихотворению И. Токмаковой «Не буду бояться». Игра «Давайте разберемся», практическое занятие.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации Наглядные: стихотворение Э. Успенского «Академик Иванов» Практические: практикум «Снятие страхов
Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	
Учимся думать. Беседа по теме занятия. Заучивание слов. Игра «Почему это произошло?». Беседа «Свое мнение».	Словесные: беседа по теме, заучивание слов, продолжение сказки, заучивание пословицы Наглядные: пословицы Практические: игры Словесные: беседа по теме, анализ рассказа, заучивание слов Наглядные: рассказ Л. Н. Толстого «Косточка»
Спеши делать добро. Игра «Продолжи сказку». Беседа по теме. Заучивание пословицы. Игра в пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность».	
Почему мы говорим неправду	
Поможет ли нам обман. Беседа «Что такое ложь?». Игра «Продолжите рассказы».	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения,

Творческая работа.	анализ рассказа
«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках. Чтение рассказа Л. Н. Толстого «Косточка». Беседа по прочитанному. Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.	Наглядные: стихотворение С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать»!…», рассказ Е. Чарушина «Курочка», рассказ А. М. Горького «Воробышек» Практические: игра Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, что значит «сдержаться» Наглядные: стихотворение «Хотел иметь я птичку», стихотворение А. Барто и П. Барто «Девочка-рёвушка», пословицы Практические: интерпретация пословиц, игра
Почему мы не слушаемся родителей	
Надо ли прислушиваться к советам родителей. Беседа по теме. Анализ ситуаций на примере стихотворения С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать». Творческая работа «Портрет родителей». Пожелание себе. Чтение и обсуждение отрывка из рассказа Е. Чарушина «Курочка».	Словесные: беседа по теме, анализ ситуации, заучивание слов Наглядные: стихотворение С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!», стихотворение Г. Остера «Нет приятнее занятия…»
Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. Беседа по теме. Анализ рассказа М. Горького «Воробышек».	Практические: игра Словесные: беседа по

Оздоровительная минутка. Игра «Почему нам запрещают?».	теме, анализ стихотворения, анализ ситуации Наглядные: стихотворение Э. Успенского «Академик Иванов» Практические: практикум «Снятие страхов
Надо уметь сдерживать себя	
Все ли желания выполнимы. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворениях «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка - рёвушка. Толкование пословиц и крылатых выражений.	Словесные: беседа по теме, заучивание слов, продолжение сказки, заучивание пословицы Наглядные: пословицы Практические: игры
Как воспитать в себе сдержанность. Беседа «Что такое каприз?». Игра «Проверь себя». Оздоровительная минутка. Работа с толковым словарем. Толкование пословиц.	Словесные: беседа по теме, анализ рассказа, заучивание слов Наглядные: рассказ Л. Н. Толстого «Косточка» Практические: практикум
Не грызи ногти, не ковыряй в носу	
Как отучить себя от вредных привычек. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!». Беседа по теме «Вредные привычки». Составление памятки «Это полезно знать!». Повторение основного девиза. Работа со стихотворением Г. Остера «Нет приятнее занятья…».	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, анализ рассказа Наглядные: стихотворение С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать»!…», рассказ Е. Чарушина

Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия.	«Курочка», рассказ А. М. Горького «Воробышек» Практические: игра
Как относиться к подаркам	
Я принимаю подарок. Беседа по теме. Игра «Закончите предложение». Анализ ситуации в стихотворении Г Остера «Если ты пришел на елку…» и Н. Носова «Письмо Незнайки». Составление памятки «Это полезно помнить!». Игра «Подбери слова благодарности».	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл на ёлку…» Практические: игра, анализ ситуаций
Я дарю подарки. Беседа по теме. Анализ ситуации из песни Э Успенского «У нашей мамы праздник» и стихотворении Г Остера «Если друг на день рожденья…». Ввод понятия «эмоция» и его происхождение. Игра «Выбери ответ». Составление памятки «Это полезно знать!».	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации Наглядные: стихотворение «Например, тебя хотят…», стихотворение Э. Мошковской «Я ушёл в свою обиду…» Практические: анализ ситуации, практикум
Как следует относиться к наказаниям	
Наказание. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворении Э Мошковской «Я ушел в свою обиду». Творческая работа.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение Э. Мошковской «Смотрите, в каком я платьице…» Практические: игра,

	упражнения
Как нужно одеваться	
Одежда. Беседа по теме. Игра «Кто больше знает?». Игра «Закончи фразу». Толкование пословицы. Игра «Найди правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Смотрите, в каком я платьице!». Обсуждение высказывания А. П. Чехова.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение «Азбука безопасности» Практические: закончи высказывание
Как вести себя с незнакомыми людьми	
Ответственное поведение. Беседа по теме. Игра «Закончите высказывание». Составление памятки «Правила поведения с незнакомыми людьми». Чтение стихов «Азбука безопасности». Анализ ситуации по отрывку из рассказа А. Раскина «Как папа опаздывал».	Словесные: беседа по теме, анализ ситуации Наглядные: стихотворение О. Дриз «Шип в мою ладонь впился…» Практические: кроссворд, игра
Как вести себя, когда что-то болит	
Боль. Разгадывание кроссворда. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении О. Дриза «Шип в мою ладонь впился…». Игра «Закончите фразу».	Словесные: беседа по теме, рассказ, объяснение, анализ ситуации Наглядные: стихотворение З. Александровой «Ложкою мешая…», стихотворение Г. Остера «От знакомых уходя…», сервировка стола Практические:

	кроссворд, практикум
Как вести себя за столом	
Сервировка стола. Беседа по теме. Разгадывание кроссворда. Работа над правильным правописанием и произношением слова «аппетит». Беседа	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, объяснение Наглядные: стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл к знакомым…», Практические: составление письменного приглашения
Правила поведения за столом. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении З. Александровой «Ложкою мешая, сердится Танюшка…» Работа над правилами поведения за столом. Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «От знакомых уходя…»	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл на ёлку…» Практические: игра, анализ ситуаций
Как вести себя в гостях	
Ты идешь в гости. Анализ ситуаций. Беседа по теме. Составление приглашений. Составление памятки «В гости надо приходить…»	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации Наглядные: стихотворение «Например, тебя хотят…», стихотворение Э. Мошковской «Я ушёл в свою обиду…» Практические: анализ ситуации, практикум

Как вести себя в общественных местах	
Как вести себя в транспорте и на улице. Беседа по теме. Составление памятки «О правилах поведения в транспорте, на улице». Чтение стихотворений «Азбука поведения». Игра «Выбери правильный ответ».	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации Наглядные: стихотворение «Азбука поведения в стихах…», стихотворение А. Барто «В театре» Практические: игра
Как вести себя в театре, кино, школе. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении А. Барто «В театре». Игра «Найди правильный ответ». Беседа «Правила поведения в общественных местах, школе, в детском саду, на игровой площадке».	Словесные: беседа по теме, анализ ситуации Наглядные: наблюдение ситуации Практические: упражнения на правила общения, игра
«Нехорошие слова». Недобрые шутки	
Умеем ли мы вежливо обращаться. Беседа по теме. Игра «Комплимент». Анализ ситуации. Беседа «Умей правильно отказаться от предложения». Чтение стихотворений о «волшебных» словах.	Словесные: анализ ситуации, беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворение С. Маршака «Кот и лодыри» Практические: игра
Умеем ли мы разговаривать по телефону. Беседа по теме. Игра «Телефон». Составление памятки «Правила ведения телефонного разговора». Игра «Комплимент».	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации Наглядные: стихотворный монтаж, потешные

	сказки Практические: игра
Что делать, если не хочется в школу	
Помоги себе сам. Анализ ситуации в стихотворении И. Токмаковой «Скоро в школу». Работа с мудрыми мыслями. Беседа по теме. Чтение и анализ стихотворения С. Маршака «Кот и лодыри». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если друг твой самый лучший…» Игра «Закончи предложения».	Словесные: беседа по теме, чтение стихов, анализ ситуации, анализ стихотворения Наглядные: стихотворения П. Синявского, стихотворение В. Орлова «Кто кого обидел первый?», рассказ Л. Н. Толстого «Отец и сыновья» Практические: упражнения по теме, игра
Чем заняться после школы	
Умей организовать свой досуг. Беседа по теме. Стихотворный монтаж. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации Наглядные: стихотворение «Азбука поведения в стихах…», стихотворение А. Барто «В театре» Практические: игра
Как выбрать друзей	
Что такое дружба. Беседа по теме. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ». Игра «Хочу быть». Чтение стихотворения П. Синявского «Ветерок с	Словесные: беседа по теме, анализ ситуации Наглядные: наблюдение ситуации

березкой шепчется». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Отец и сыновья».	Практические: упражнения на правила общения, игра
Кто может считаться настоящим другом. Беседа по теме. Чтение и анализ отрывка из рассказа В. Осеевой «Долг». Игра «Продолжи предложение». Анализ ситуации в стихотворении А. Шалыгина «Настроение упало». Игра «Любит - не любит». Анализ выражения А. Экзюпери «Ты всегда в ответе за тех, кого приручил…»	
Как помочь родителям	
Как доставить родителям радость. Чтение отрывков из стихотворений детских писателей. Беседа по теме. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих…» Игра «Комплимент».	Словесные: беседа по теме, чтение стихов, анализ ситуации, анализ стихотворения Наглядные: стихотворения А. Усатовой, В. Берестова, Е Благининой; стихотворение Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих Практические: игры, анализ ситуаций
Как помочь больным и беспомощным	
Если кому - нибудь нужна твоя помощь. Беседа по теме. Игра «Выбери правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Е. Благининой «Наш дедушка». Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек».	Словесные: беседа, анализ ситуаций, анализ пословиц, объяснение Наглядные: стихотворение Е. Благининой «Наш дедушка не любит

Спешите делать добро. Беседа по теме. Толкование пословиц. Игра «Кто больше знает?» Высказывания великих людей о доброте. Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Чтение стихотворений о доброте.	тени…», рассказ «Старый дед и внучок» Практические: анализ ситуаций, дидактическая игра, ролевая игра Драматизация с целью ознакомления с историей врачевания
Повторение	
Путешествие в страну здоровья. Игра-путешествие «В страну здоровья». Станция «Мойдодыр» (о личной гигиене). Станция «Неосторожность» (оказание первой помощи при несчастных случаев). Станция «Не болей» (профилактика инфекционных заболеваний). Станция «Опрятность» (уход за одеждой). Станция «Долой грязь» (гигиена жилища) и т. д.	Конкурс на лучшее знание правил ЗОЖ и умения их выполнять
Культура здорового образа жизни. Урок - соревнование. Культура поведения. Человек и окружающий мир. Культура общения. Человек и его здоровье. Писатели детям.	

Содержание курса внеурочной деятельности «Здоровейка» с указанием форм организации и видов деятельности

4 класс

Содержание курса, формы организации	**Вид деятельности**

Наше здоровье	
Что такое здоровье. Слово учителя. Практическая работа. Встреча с медсестрой. Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Творческое задание «Здоровье – это…»	Словесные: объяснение, беседа по теме, рассказы детей, чтение стихов детьми, анализ стихотворения, заучивание слов. Наглядные: стихотворения, пословицы, сказки, иллюстрации «Эмоции», ситуации, рассказы, рисунки. Практические: работа со словарём, анализ ситуации, практикум, игры, тренинг, практикум, рисование.
Что такое эмоции. Практическая работа. Работа со словарём. Игры «Кто больше знает?», «Продолжи предложение». Оздоровительная минутка. Игра «Твоё имя».	
Чувства и поступки. Работа со стихотворением Дж. Родари. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Творческая работа в тетради.	
Стресс. Рассказ учителя. Словарная работа. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Заучивание слов.	
Как помочь сохранить себе здоровье	
Учимся думать и действовать. Повторение. Чтение и анализ стихотворений. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Что? Зачем? Как?»	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения, анализ пословицы, рассказ, заучивание слов. Наглядные: стихотворения, пословицы, словарь Практические: словарная работа, анализ
Учимся находить причину и последствия событий. Игра «Почему это произошло?» Работа с пословицами. Оздоровительная минутка. Игры «Назови возможные последствия», «Что? Зачем? Как?»	

Умей выбирать. Анализ сказки. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Комплимент».	ситуаций, игра, тренинг, практикум, работа с деревом решений.
Что зависит от моего решения	
Принимаю решение. Практическая работа по составлению правил. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Психологический тренинг. Работа со стихотворением Б. Заходера «Что красивей всего?»	Словесные: беседа по теме, объяснение, анализ стихотворения, заучивание слов Наглядные: стихотворения, рассказы, иллюстрации «Эмоции» Практические: анализ ситуаций, игра, практикум, работа со словарём.
Я отвечаю за своё решение. Практическая работа. Анализ ситуации. Оздоровительная минутка. Игры «Что я знаю о себе», «Продолжите предложение».	
Почему некоторые привычки называются вредными	
Зависимость. Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Странные вещи». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Это полезно знать! Игра «Давай поговорим».	Словесные: рассказы детей, беседа по теме, анализ стихотворения, анализ пословицы. Наглядные: стихотворения, ситуации, рассказы, рисунки, пословицы, словарь. Практические: анализ ситуаций, игры, практикум, рисование, словарная работа, тренинг.
Умей сказать нет. Анализ ситуации. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игры «Давай поговорим», «Что? Зачем? Как?».	
Как сказать нет. Игра «Зеркало и обезьяна». Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Продолжите предложение». Толкование пословиц. Психологический	

тренинг.	
Почему вредной привычке ты скажешь нет. Работа со стихотворением А. Костецкого «Я всѐ люблю, что есть на свете…» Игра «Комплимент». Оздоровительная минутка. Рассказ учителя. Работа с плакатом «Дерево решений». Практическая работа.	
Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения. Анализ ситуации. Игра «Выбери правильный ответ». Оздоровительная минутка. Работа с деревом решений. Творческая работа.	
Помоги себе сам	
Волевое поведение. Рассказ учителя. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Игра «Сокровища сердца». Психологический тренинг.	Словесные: беседа по теме Наглядные: стихотворения, рассказы Практические: анализ ситуаций, игра, практикум
Мы одна семья	
Мальчишки и девчонки. Беседа по теме. Игра «Противоположности». Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Если был бы я девчонкой…» Творческая работа.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворения, ситуации Практические: анализ ситуаций, игра, примеры, практикум
Моя семья. Защита рисунков. Анализ ситуации в рассказе К.Д.Ушинского «Сила не	

право». Оздоровительная минутка. Чтение и анализ стихотворения. Игра «Продолжи предложение».	
Повторение	
Дружба. Игровое занятие с любимыми героями. Разыгрывание ситуаций.	Словесные: беседа по теме, анализ стихотворения Наглядные: стихотворения, ситуации Практические: анализ ситуаций, игра, примеры, практикум
«День здоровья». Открытие праздника. Игры и соревнования	
Умеем ли мы правильно питаться. Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». Это интересно! Отгадывание загадок. Оздоровительная минутка «Вершки и корешки». Инсценировка «Спор овощей». Игра «Какие овощи выросли в огороде?» Встреча с Доктором Айболитом.	
Я выбираю кашу. Игра «Пословицы запутались». Это интересно! Игры «Отгадай - ка», «Затейники». Оздоровительная минутка «Зёрнышко». Конкурс «Самая вкусная и полезная каша». Игра «Угадай сказку».	
Чистота и здоровье. Праздник чистоты с Мойдодыром. Инсценировка. Игра «Три движения».	
Откуда берутся грязнули? (игра-путешествие). Остановка на станции «Грязнулька». Анализ ситуаций в стихотворении Л.Яхнина «Жил на свете мальчик странный…», Э.Успенского «Очень страшная история». Это	

полезно помнить! Работа со стихотворением.	
Чистота и порядок. Работа с пословицами и поговорками. Игра «Угадай». Оздоровительная минутка. Работа со стихотворениями.	
Будем делать хорошо и не будем плохо. Беседа по теме. Работа с пословицами. Высказывания о доброте. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Это интересно! Чтении и анализ стихотворений.	
Урок – КВН «Наше здоровье». Беседа по теме. Викторина. Конкурсы.	
«Я здоровье берегу – сам себе я помогу». Беседа по теме. Работа с пословицами. Высказывания о здоровье. Оздоровительная минутка.	
Будьте здоровы. Посещение медицинского кабинета. Игра «Письма». Практическая работа «Выпуск стенной газеты».	

Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Здоровейка»

1 класс

№№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения		Оборудование	УУД
			план	факт		
	Советы доктора Воды.	1			«Сказка о микробах». Плакат «Стадии мытья и вытирания рук».	Личностные: основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения. Метапредметные: способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.
	Друзья Вода и Мыло.	1				
	Глаза –	1			Правил	Личностные:

	главные помощники человека.				а бережного отношения к зрению. Правила «Если вы носите очки».	способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. Метапредметные: способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.
	Подвижные игры	2			Спортивный инвентарь	Личностные: ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата. Метапредметные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еѐ реализации.

	Чтобы уши слышали.	1			Памятка «Как сберечь органы слуха»	Личностные: основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения. Метапредметные: способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.
	Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми.	1			Стихотворение С.Михалкова «Как у нашей Любы …»	Личностные:способность к самооценкена основе критериев успешности учебной деятельности. Метапредметные: способность принимать и сохранят
	Как сохранить улыбку	1				

	красивой.				Стихотворение «Как поел, по-чистил зубки…». Это полезно запомнить. Этикетки от продуктов. Плакат «Чистка зубов».	цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.
	«Рабочие инструменты» человека.	1			Пословицы и поговорки о пользе рук и ног. Правило	Личностные: способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. Метапредметные: способность принимать и

					«Уход за ногтями»	сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.
	Подвижные игры	2			Спортивный инвентарь	Личностные: ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата. Метапредметные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еѐ реализации.
	Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма.	1			Правило «Уход за кожей». Схема «Значение	Личностные: учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу. Метапредметные: принимать и сохранять учебную
	Если кожа повреждена.	1				

					кожи». Плакат «Строение кожи».	задачу.
	Подвижные игры	2			Спортивный инвентарь	Личностные: ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата. Метапредметные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еѐ реализации.
	Питание – необходимое условие для жизни человека	1			Стихотворение «Рано утром просыпайся…» Стихотворение С.	Личностные:учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу. Метапредметные: способность принимать и сохранять цели и

					Михалкова «Про девочку,	задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.
	Здоровая пища для всей семьи	1			которая плохо кушала». Золотые правила питания.	Личностные: способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. Метапредметные: осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы.
	Сон – лучшее лекарство	1			Стихотворение С. Михалкова «Не спать». Плакат «Режим дня школь-	Личностные: ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата. Метапредметные: строить

					ника	сообщения в устной форме.
	Какое настроение?	1			Анкета «В школе» Анкета «Моё отношение к учёбе	Личностные:ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика». Метапредметные: строить сообщения в устной форме.
	Я пришёл из школы	1			Анкета «Любишь - не любишь» Пословицы о людской красоте	Личностные: ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика». Метапредметные: строить сообщения в устной форме.
	Подвижные игры по выбору детей	2			Спортивный инвентарь	Личностные: ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль

						результата. Метапредметные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еѐ реализации.
	Я - ученик	1			Правила ученика. Стихотворение Б. Заходера «Перемена». Рассказ «Федя на переме не» . Рассказ М. Куниной «В гардеробе» Рассказ	Личностные: ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика». Метапредметные: строить сообщения в устной форме.

					«В столовой»	
	Вредные привычки	1			Это нужно запомнить (о вреде курения)	Личностные: установка на здоровый образ жизни. Метапредметные: строить сообщения в устной форме.
	Подвижные игры	2			Спортивный инвентарь	Личностные: ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата. Метапредметные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еѐ реализации.
	Скелет – наша опора	1			Плакаты «Скелет,	Личностные: основы экологической культуры: готовность

					мышцы человека» Правила для поддержания правильной осанки	следовать в своей деятельности нормам здоровьесберегающего поведения. Метапредметные: способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.
	Осанка – стройная спина	1				Личностные: учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи. Метапредметные: учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем.
	Если хочешь быть здоров	1			Правила зака-	Личностные: установка на

					ливания	здоровый образ жизни. Метапредметные: принимать и сохранять учебную задачу.
	Правила безопасности на воде	1			Правила поведения на воде. Плакаты «Правила поведения на воде»	Личностные: основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения. Метапредметные: строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте.
	Подвижные игры. Весёлые старты.	2			Спортивный инвентарь	Личностные: ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ

						и самоконтроль результата. Метапредметные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еѐ реализации.
	Обобщающий урок «Доктора природы»	1			Рисунки любимых детских персонажей. Правила здоровья. Атрибуты к подвижным играм. Стихотворение «Ты должен знать своё	Личностные: основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения. Метапредметные: способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства

					тело...»	
	Итого:	**33 ч**				

Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Здоровейка»

2 класс

№ №	**Тема занятия**	**Кол-во часов**	**Дата проведения**		**Оборудование**	**УУД**
			план	**факт**		
	Причина болезни	1			Карточки с тес-том «Твоё здо-ровье»	Личностные: заинтересованность в приобретении и расширении знаний и способов действий. Метапредметные: способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.
	Признаки болезни	1				Личностные: способность принимать и

						сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления. Метапредметные: способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.
	Как здоровье?	1				Личностные: заинтересованность в приобретении и расширении знаний и способов действий. Метапредметные: способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.

	Как организм помогает себе сам	1			Плакат «Режим дня школьника» Памятка «Как правильно готовить уроки» Стихотворение С. Михалкова «Разве что-то есть на свете…»	Личностные: положительное отношение и интерес к изучению курса. Метапредметные: способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы еѐ осуществления.
	Здоровый образ жизни	1				Личностные: осознавать себя ценной частью большого разнообразного мира (природы и общества). Метапредметные: определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства еѐ осуществления
	Какие врачи нас	1			Вопросы	Личностные: Определять и

	лечат				валео-логического са-моанализа Стихотворение Э. Успенского «Всем извест-ный матема-тик…»	высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве. Метапредметные: определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства еѐ осуществления
	Инфекционные болезни	1			Стихотворение С. Михалкова «Поднялась температура…» Стихотворение С. Михалк	Личностные: Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве. Метапредметные: определять цель учебной деятельности с помощью учителя и

					ова «Прививка»	самостоятельно, искать средства еѐ осуществления
	Прививки от болезней	1				Личностные: вырабатывать в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения. Метапредметные: предполагать, какая информация нужна.
	Какие лекарства мы выбираем	1			Пиши и говори правильно: «аллергия» и «антибиотики»	Личностные: вырабатывать в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения. Метапредметные: предполагать, какая информация нужна.
	Домашняя аптека	1			Памятка «Безвредных лекарств не бывает»	Личностные: готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению

						и познанию. Метапредметные: Добывать новые знания: находить ответы на вопросы
	Отравление лекарствами	1			Сказка К. Чуковского «Айболит» Памятка «Признаки лекарственного отравления» Памятка «Признаки пищевого отравления» Памятка	Личностные: готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию. Метапредметные: Добывать новые знания: находить ответы на вопросы
	Пищевые отравления	1				Личностные: готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию. Метапредметные: Добывать новые знания: находить ответы на вопросы

					«По-моги себе сам»	
	Если солнечно и жарко	1			Памятка «Признаки солнечного ожога» Памятка «Правила поведения при грозе» Стихотворение Ф. И. Тютчева «Люблю грозу в начале мая…»	Личностные: 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. Метапредметные: преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей
	Если на улице дождь и гроза	1			Картина К.	Личностные: В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества,

					Е. Маковского «Дети, бегущие от грозы»	опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить. Метапредметные: преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей
	Опасность в нашем доме	1			Стихотворение Э. Успенского «Мама прихо-дит с работы» Стихотворение С. Михалкова	Личностные: 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. Метапредметные

					«Возле пло-щади затор…» Па мятка «Пра-вила безопас-ного поведен ия в доме» Пра вила пере-хода улицы Пра вила пове-дения в транс-порте	: преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей
	Как вести себя на улице	1				Личностные: 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. Метапредметные : преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей
	Вода - наш друг	1			Сти хотворе ние С.	Личностные: В предложенных педагогом ситуациях

					Михалкова «У моста стоит Авось…» Памятка «Когда опасность ря-дом»	общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить. Метапредметные: Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.
	Чтобы огонь не причинил вреда	1			«План эвакуа-ции гимназии при пожаре»	Личностные: Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве. Метапредметные: определять цель учебной деятельности

						с помощью учителя и самостоятельно, искать средства еѐ осуществления
	Чем опасен электрический ток	1			Памятка «Первая помощь по-страдавшему»	Личностные: Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве. Метапредметные: определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства еѐ осуществления
	Травмы	1			Стихотворение «Если я буду осторожен»	Личностные: Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве.

						Метапредметные: определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства еѐ осуществления
	Укусы насекомых	1			Стихотворение С. Михалкова «Вдруг какой-то страшный зверь…» Памятка «Когда опасность ря-дом» Пиши и говори правильно: «пинцет	Личностные: готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию. Метапредметные: добывать новые знания: находить ответы на вопросы

					»	
	Что мы знаем про собак и кошек	1			Стихотворение «Не зря собака тех кусает …» Правила обращения с животными	Личностные: готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию. Метапредметные: Добывать новые знания: находить ответы на вопросы
	Отравление ядовитыми веществами	1			Пиши и говори правильно: «дезинфекция», «дезодорант» Признаки отравления угар-	Личностные: Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве. Метапредметные: определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно,

					ным газом	искать средства еѐ осуществления
	Отравление угарным газом	1			Стихотворение С. Маршака «Заклубился дым угарный ...» Стихотворение «Если в доме появился дым…»	Личностные: Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве. Метапредметные: определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства еѐ осуществления
	Как помочь себе при тепловом ударе	1			Признаки теплового удара Признаки обморожения	Личностные: готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию. Метапредметные

					Стихотворение С. Михалкова «Мороз и Морозец»	: Добывать новые знания: находить ответы на вопросы
	Как уберечься от мороза	1				Личностные: готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию. Метапредметные: Добывать новые знания: находить ответы на вопросы
	Растяжение связок и вывих костей	1			Стихотворение С. Михалкова «Таня пальчик наколола…» Пиши и говори правильно:	Личностные: Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве. Метапредметные: определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно,

					«марганцовка»	искать средства еѐ осуществления
	Переломы	1			Признаки растяжения связок	Личностные: готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию. Метапредметные: Учиться выполнять различные роли в группе.
	Если ты ушибся или порезался	1				Личностные: готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию. Метапредметные: Учиться выполнять различные роли в группе.
	Если в глаз, ухо, нос или горло	1			Плакаты по теме	Личностные: готовность и способность

	попало постороннее тело				(глаз, ухо, нос)	обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию. Метапредметные : Учиться выполнять различные роли в группе.
	Укус змеи	1			Признаки укуса змеи Первая помощь при укусе змеи	Личностные: Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве. Метапредметные : определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства еѐ осуществления
	Расти здоровым	1			Правила здоро-вого	Личностные: готовность и
	Воспитай себя	1				способность обучающихся к

	Я выбираю движение	1			образа жизни Тест «Оцени себя сам»	саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию. Метапредметные: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в
	Итого:	**34 ч**				

Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Здоровейка»

3 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения		Оборудование	УУД
			план	факт		
	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	1			Стихотворение Э. Успенского «Академик Иванов» Рисунки детей по теме «Страхи» Стихотворение И.	Л.: формировать ориентацию в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих

					Токмаковой «Не буду бояться!»	людей. К.: учить адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач.
	Учимся думать.	1			Пословица для заучивания: «Доброе дело питает и разум и тело» Слова для заучивания: «Вначале хорошо подумай, потом сделай доброе дело»	Л.: формировать ориентацию в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. П.: учить строить сообщения в устной и письменной форме.

	Спеши делать добро.	1				Л.: формировать знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение П.: учить устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений.
	Поможет ли нам обман.	1			Рассказы для анализа Рассказ Л. Н. Толстого «Косточка» Слова для заучивания Пословицы для анализа Стихотворение С. Михалкова «Я ненавижу	Л.: формировать ориентацию в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. П.: учить устанавливать причинно-следственные связи в

					слово «спать»!…»	изучаемом круге явлений.
	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.	1			Рассказ Е. Чарушина «Курочка» Рассказа А. М. Горького «Воробышек»	Л.: формировать знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение. К.: учить адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание.
	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	1			Стихотворение «Хотел иметь я птичку» Стихотворение А. Барто и П. Барто «Девочка-рёвушка» Послови	Л.: формировать основы своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи. Р.: учитывать выделенные

					цы Рассказы для анализа Рассказ Л. Н. Толстого «Косточка» Слова для заучивания	учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем.
	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	1			Пословицы для анализа	Л.: формировать эмпатию как понимание чувств других людей и сопереживание им. П.: учить устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений.
	Все ли желания выполнимы.	1			Стихотворение С. Михалкова «Я ненавижу слово	Л.: формировать ориентацию в нравственном содержании и

					«спать»!…» Рассказ Е. Чарушина «Курочка» Рассказа А. М. Горького «Воробышек»	смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. К.: учить договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
	Как воспитать в себе сдержанность.	1				Л.: формировать эмпатию как понимание чувств других людей и сопереживание им. П.: учить ориентироваться на разнообразие способов

						решения задач.
	Как отучить себя от вредных привычек.	2			Рассказы для анализа Рассказ Л. Н. Толстого «Косточка» Слова для заучивания Пословицы для анализа	Л.: формировать развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения. Р.: учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем. К.: учить договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации

						столкновения интересов.
	Я принимаю подарок.	1			Стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл на ёлку…» Это полезно помнить Стихотворение «Например, тебя хотят…» Стихотворение Э. Мошковской «Я ушёл в свою обиду…»	Л.: формировать знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение. Р.: учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем.
	Я дарю подарки.	1				Л.: формировать знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение. П.: учить ориентироваться на разнообразие способов решения задач.

	Наказание.	1			Стихотворение Э. Мошковской «Смотрите, в каком я платьице…» Пословицы Слова А. П. Чехова «В человеке всё должно быть прекрасно…	Л.: формировать развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения. П.: учить устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений.
	Одежда.	1			Стихотворение «Азбука безопасности» Правила поведения с незнакомыми людьми	Л.: формировать устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям. П.: учить осуществлять анализ объектов с выделением

						существенных и несущественных признаков.
	Ответственное поведение.	1			Стихотворение О. Дриз «Шип в мою ладонь впился…» Незаконченные фразы по теме	Л.: формировать знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение. К.: учить договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
	Боль.	1			Стихотворение З. Александровой «Ложкою мешая…» Стихотворение Г. Остера «От знакомых	Л.: формировать эмпатию как понимание чувств других людей и сопереживание им. П.: учить

					уходя…» Кроссворд Приборы для сервировки стола	осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков.
	Сервировка стола.	1			Стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл к знакомым…» Пример письменного приглашения Это полезно помнить Стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл на ёлку…» Это полезно помнить	Л.: формировать устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям. К.: учить договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
	Правила поведения за	1				Л.: формировать

	столом.					знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение. К.: учить договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
	Ты идешь в гости.	1			Стихотворение «Например, тебя хотят…» Стихотворение Э. Мошковской «Я ушёл в свою обиду…»	Л.: формировать ориентацию в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. К.: учить договариваться и приходить к

						общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
	Как вести себя в транспорте и на улице.	1			Это полезно помнить (правила поведения на улице, в транспорте) Стихотворение «Азбука поведения в стихах…» Стихотворение А. Барто «В театре» Правила поведения в школе	Л.: формировать ориентацию в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. П.: учить осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков.
	Как вести себя в театре, кино, школе.	1			Стихотворение «Есть волшебные	Л.: формировать ориентацию в

					слова...» Сказка К. Чуковского «Телефон» Это полезно помнить	нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. К.: учить формулировать собственное мнение и позицию.
	Умеем ли мы вежливо обращаться.	1			Стихотворение С. Маршака «Кот и лодыри» Мудрые мысли «Полезные» советы Г. Остера Стихотворный монтаж Потешные сказки	Л.: формировать эмпатию как понимание чувств других людей и сопереживание им. Р.: учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в

						сотрудничестве с учителем.
	Умеем ли мы разговаривать по телефону.	1				Л.: формировать знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение. К.: учить договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
	Помоги себе сам.	1			Стихотворения П. Синявского Стихотворение В. Орлова «Кто кого обидел первый?» Рассказ Л. Н. Тол-	Л.: формировать знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение. К.: учить формулировать собственное мнение и

					стого «Отец и сыновья»	позицию.
	Умей организовать свой досуг.	1			Это полезно помнить (правила поведения на улице, в транспорте) Стихотворение «Азбука поведения в стихах…» Стихотворение А. Барто «В театре» Правила поведения в школе	Л.: формировать устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям. К.: учить договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
	Что такое дружба.	1			Стихотворение «Есть волшебные слова...» Сказка К. Чуковского «Телефон»	Л.: формировать знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение. П.: учить

					Это полезно помнить	осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков. К.: учить формулировать собственное мнение и позицию.
	Кто может считаться настоящим другом.	1				Л.: формировать ориентацию в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. К.: учить договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в

						том числе в ситуации столкновения интересов. П.: учить ориентироваться на разнообразие способов решения задач.
	Как доставить родителям радость.	1			Стихотворения А. Усатовой, В. Берестова, Е Благининой Стихотворение Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих	Л.: формировать ориентацию в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. К.: учить формулировать собственное мнение и позицию.
	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.	1			Стихотворение Е. Благининой «Наш	Л.: формировать эмпатию как понимание

					дедушка не любит тени…» Рассказ «Старый дед и внучок» Персонажи спектакля - медицинские работники	чувств других людей и сопереживание им. К.: учить договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
	Спешите делать добро.	1				Л.: формировать знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение. К.: учить формулировать собственное мнение и позицию.
	Огонек здоровья.	1			Каждая станция оборудована	Л.: формировать установку на

					со-ответственно теме ЗОЖ	здоровый образ жизни. П.: учить осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков.
	Путешествие в страну здоровья.	1				Л.: формировать установку на здоровый образ жизни. К.: учить договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
	Культура здорового образа жизни.	1				Л.: формировать установку на здоровый образ

						жизни. К.: учить формулировать собственное мнение и позицию.
	Итого:	**34 ч**				

Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Здоровейка»

4 класс

№	**Тема занятия**	**Кол-во часов**	**Дата проведения**		**Оборудование**	**УУД**
			план	**факт**		
	Что такое здоровье	1			Стихотворения. Карточки «Эмоции». Словарь. Пословицы. Сказки. Рисунки. Ситуации. Рассказы.	Р: Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность. Определять последовательность действий. Контролировать и оценивать процесс

						деятельности П: Формулировать учебную задачу. К: Слушать и понимать речь других. Вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении возникших проблем
	Что такое эмоции	1				Р: Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность. Определять последовательность действий. Контролировать и оценивать процесс деятельности П: Формулировать учебную задачу.

						Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников. К: Вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении возникших проблем. Умение выслушать и понять позицию другого человека.
	Чувства и поступки	1				Р: Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность. П: Учиться проводить наблюдения. Отбор и анализ полученной информации. Умение

						реализовать свой замысел К: Отвечать на поставленные вопросы. Слушать и понимать речь других. Вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении возникших проблем
	Стресс	1				Р: Планирование своих действий, осуществление деятельности. Контролировать и оценивать процесс деятельности П: Умение реализовать свой замысел К: Умение договариваться с людьми, умение действовать

						сообща.
	Учимся думать и действовать	1			Стихотворения. Рассказы. Пословицы. Словарь. Басня. Это полезно помнить.	Р: Контролировать и оценивать процесс деятельности П: Смысловое восприятие художественных текстов, выделение существенной информации из текстов разных видов. К: Умение договариваться с людьми, умение работать сообща. Отвечать на поставленные вопросы
	Учимся находить причину и последст-вия	1				Р: Определять последовательность действий. Принимать и сохранять

	событий					полученный материал, активно включаться в деятельность П: Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников. К: Отвечать на поставленные вопросы
	Умей выбирать	1				Р: Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность П: Смысловое восприятие художественных текстов, выделение существенной информации из текстов разных

						видов. К: Умение высказывать свои мысли
	Принимаю решение	1			Стихотворения Рассказы. Словарь Это полезно помнить Карточки «Эмоции»	Р: Определять последовательность действий. Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность. Планировать свою деятельность. П: Осуществлять подбор информации. Перерабатывать полученную информацию, делать выводы. К: Вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении

						возникших проблем
	Я отвечаю за своё решение	1				Р: Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность. Контролировать и оценивать процесс деятельности П: Осуществлять подбор информации К: Сотрудничество при поиске нужной информации
	Умей сказать «нет»!	3			Стихотворения. Пословицы. Сказки. Ситуации. Рассказы. Рисунки. Словарь.	Р: Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности П: Перерабатывать

					Басня. Это полезно помнить.	полученную информацию, делать выводы. Умение реализовать свой замысел К: Учиться взаимодействию со сверстниками. Сотрудничество при поиске нужной информации
						Р: Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность. Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности П: Перерабатывать полученную информацию,

						делать выводы К: Учиться взаимодействию со сверстниками. Сотрудничество при поиске нужной информации
						Р: Планирование своих действий, осуществление деятельности. П: Построение сообщений в устной и письменной форме К: Умение выслушать и понять позицию другого человека
	Как сказать «нет»!	1				Р: Планирование своих действий, осуществление деятельности. П:

						Перерабатывать полученную информацию, делать выводы К: Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Учиться взаимодействию со сверстниками
	Почему вредной привычке ты ска-жешь «нет»!	3				Р: Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность П: Построение сообщений в устной и письменной форме. Умение реализовать свой замысел К: Вступать в диалог,

						участвовать в коллективном обсуждении
	Я умею выбирать – тренинг безопас-ного поведения	3				Р: Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность П: Перерабатывать полученную информацию, делать выводы К: Умение договариваться с людьми, умение работать сообща
	Волевое поведение	1			Стихотворения Рассказы Это полезно помнить	Р: Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность П: Перерабатывать полученную информацию, делать выводы

						К: Вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении
	Мальчишки и девчонки	2			Стихотворения Рассказы Примеры	Р: Определение цели деятельности с помощью учителя. Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность. П: Смысловое восприятие художественных текстов, выделение существенной информации из текстов разных видов. Находить ответы на вопросы, используя

						различные источники информации, свой жизненный опыт К: Планирование и осуществление сотрудничества со сверстниками в поиске и сборе информации
	Моя семья.	1				Р: Определять последовательность действий. Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность П: Умение реализовать свой замысел К: Умение договариваться с людьми, умение работать сообща
	Друж	1			Театрализов	Р:

	ба				анное действие «Дружба» Спортивный праздник «День здоровья» Сюжетно-ролевые игры «Умеем ли мы правильно питаться» и «Я выбираю кашу» Костюмированный праздник «Чистота и здоровье» Игры-путешествия «Откуда берутся грязнули?», «Чистота и порядок» и «Будем делать хорошо и не будем плохо» Урок – КВН «Наше здоровье» Праздники «Я здоровье берегу – сам себе	Определение цели деятельности с помощью учителя. Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность П: Находить ответы на вопросы, используя различные источники информации, свой жизненный опыт К: Умение договариваться с людьми, умение работать сообща
	«День здоровья»	1				Р: Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности П: Умение

					я помогу» и «Будьте здоровы».	реализовать свой замысел К: Планирование и осуществление сотрудничества со сверстниками в поиске и сборе информации. Умение договариваться с людьми, умение работать сообща
	Умеем ли мы правильно питаться	1				Р: Определение цели деятельности с помощью учителя. Принимать и сохранять полученный материал, активно включаться в деятельность. П: Находить ответы на вопросы, используя

						различные источники информации, свой жизненный опыт К: Вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении. Умение договариваться с людьми, умение работать сообща
	Я выбираю кашу	1				Р: Планирование своих действий, осуществление деятельности. Умение проводить наблюдение. Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности П: Умение реализовать свой

						замысел К: Умение договариваться с людьми, умение работать сообща. Осознанно строить речевое высказывание
	Чистота и здоровье	1				Р: Планирование своих действий, осуществление деятельности. П: Умение реализовать свой замысел К: Умение договариваться с людьми, умение работать сообща
	Откуда берутся грязнули? (игра-путешест-вие)	1				Р: Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности П: Смысловое восприятие

						художественных текстов, выделение существенной информации из текстов разных видов. Умение реализовать свой замысел К: Умение договариваться с людьми, умение работать сообща
	Чистота и порядок	1				Р: Планирование своих действий, осуществление деятельности. Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности П: Находить ответы на вопросы, используя различные

						источники информации, свой жизненный опыт К: Умение договариваться с людьми, умение работать сообща. Вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении.
	Будем делать хорошо и не будем плохо	1				Р: Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности П: Умение реализовать свой замысел К: Умение договариваться с людьми, умение работать сообща.
	Урок – КВН «Наше здоровье»	1				Р: Активно включаться в деятельность П: Находить

						ответы на вопросы, используя различные источники информации, свой жизненный опыт К: Учиться взаимодействию со сверстниками
	«Я здоровье берегу – сам себе я помогу»	1				Р: Планирование своих действий, осуществление деятельности. Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности П: Умение реализовать свой замысел К: Учиться взаимодействию со сверстниками
	Будьте здоровы	1				Р: Активно включаться в деятельность

						П: Находить ответы на вопросы, используя различные источники информации, свой жизненный опыт К: Умение договариваться с людьми, умение работать сообща.
	Итого:	**34 ч**				