

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

администрация муниципального образования город Новомосковск

МБОУ "СОШ № 17"

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Путь к здоровью»

для обучающихся 2-4 классов

Новомосковск 2023

Уровень обучения: 2-4 классы.

Количество часов-1 час.

Срок реализации-3 года.

Пояснительная записка.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на 1 час в неделю: 2-4 классы - 34 часа в год.

1. Планируемые результаты реализации программы.

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

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Мое здоровье» является формирование следующих умений:

- **Определять** и **высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Путь к здоровью» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. 1. Регулятивные УУД:

- **Определять и формулировать** цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на уроке.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить **работать** по предложенному учителем плану.
- 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 на уроке.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. *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.

3. *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).

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 всем его проявлениях.

4. **Содержание программы.**

Раздел 1 Введение «Вот мы и в школе».(12 ч.)

Определение понятия «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы, укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма.

2 класс- 4 часа

Тема 1. Что мы знаем о ЗОЖ?

Тема 2. По стране Здоровейке

Тема 3. В гостях у Мойдодыра

Тема 4. Я хозяин своего здоровья (текущий контроль - КВН).

3класс – 4 часа

Тема 1. «Здоровый образ жизни, что это?»

Тема 2. Личная гигиена

Тема 3. В гостях у Мойдодыра

Тема 4. «Остров здоровья»(текущий контроль знаний - игра).

4 класс- 4 часа

Тема 1. «Здоровье и здоровый образ жизни» (1ч).

Тема 2. Правила личной гигиены(1ч)

Тема 3. Физическая активность и здоровье(1ч)

Тема 4. Как познать себя (Текущий контроль знаний – За круглым столом).

Раздел 2. Питание и здоровье (15ч.)

Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Знания об основных витаминах в продуктах питания; о необходимости разнообразно питаться; о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах, о пользе прогулок после еды, о режиме питания, о режиме употребления жидкости, о целебных источниках и минеральной воде.

2 класс - 5 часов

Тема 1. Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.

Тема 2. Культура питания. Этикет.

Тема 3. Спектакль «Я выбираю кашу»

Тема 4. «Что даёт нам море»

Тема 5. Светофор здорового питания (Текущий контроль знаний – викторина).

3 класс - 5 часов

Тема 1. Игра «Смак»

Тема 2. Правильное питание – залог физического и психологического здоровья

Тема 3. Вредные микробы

Тема 4. Что такое здоровая пища и как её приготовить

Тема 5. «Чудесный сундучок» (Текущий контроль знаний – КВН).

4 класс - 5 часов

Тема 1. Питание необходимое условие для жизни человека

Тема 2. Здоровая пища для всей семьи

Тема 3. Как питались в стародавние времена и питание нашего времени

Тема 4. Секреты здорового питания. Рацион питания

Тема 5. «Богатырская силушка» (Текущий контроль знаний – КВН).

Раздел 3. Моё здоровье в моих руках(21ч.)

Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата, направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений.

2 класс – 7 часов

Тема 1. Сон и его значение для здоровья человека

Тема 2. Закаливание в домашних условиях

Тема 3. День здоровья «Будьте здоровы»

Тема 4. Иммунитет

Тема 5. Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.

Тема 6. Спорт в жизни ребёнка.

Тема 7. Слагаемые здоровья (Текущий контроль знаний - за круглым столом).

3 класс – 7 часов

Тема 1. Труд и здоровье

Тема 2. Наш мозг и его волшебные действия

Тема 3. День здоровья «Хочу остаться здоровым»

Тема 4. Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья

Тема 5. Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.

Тема 6. Экскурсия «Природа – источник здоровья»

Тема 7. «Моё здоровье в моих руках» (Текущий контроль знаний – викторина).

4 класс – 7 часов

Тема 1. Домашняя аптечка

Тема 2. «Мы за здоровый образ жизни»

Тема 3. Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»

Тема 4. «Береги зрение смолоду».

Тема 5. Как избежать искривления позвоночника

Тема 6. Отдых для здоровья

Тема 7. Умеем ли мы отвечать за своё здоровье Текущий контроль знаний – викторина.

Раздел 4. Я в школе и дома (30ч.)

Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона, направлено на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам.

2 класс – 6 часов

Тема 1. Я и мои одноклассники

Тема 2. Почему устают глаза?

Тема 3. Гигиена позвоночника. Сколиоз

Тема 4. Шалости и травмы

Тема 5. «Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление

Тема 6. Умники и умницы (Текущий контроль знаний).

3 класс – 6 часов

Тема 1. Мой внешний вид – залог здоровья

Тема 2. «Доброречие»

Тема 3. Спектакль С. Преображнский «Капризка»

Тема 4. «Бесценный дар - зрение»

Тема 5. Гигиена правильной осанки

Тема 6. «Спасатели, вперёд!» (Текущий контроль знаний).

4 класс – 6 часов

Тема 1. «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»

Тема 2. «Класс не улица ребята! И запомнить это надо!»

Тема 3. Кукольный спектакль «Спеши делать добро»

Тема 4. Что такое дружба? Как дружить в школе?

Тема 5. Мода и школьные будни

Тема 6. Делу время, потехе час. (Текущий контроль знаний - игра викторина).

Раздел 5. Чтоб забыть про докторов (12ч.)

Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым".

2 класс – 4 часа

Тема 1. С. Преображенский «Огородники»

Тема 2. Как защитить себя от болезни. (Выставка рисунков)

Тема 3. День здоровья «Самый здоровый класс»

Тема 4. «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности

(Текущий контроль знаний - городской конкурс «Разговор о правильном питании»).

3 класс – 4 часа

Тема 1. Шарль Перро «Красная шапочка»

Тема 2. Движение это жизнь

Тема 3. День здоровья «Дальше, быстрее, выше»

Тема 4. «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности (Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»).

4 класс – 4 часа

Тема 1. Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься

Тема 2. День здоровья «За здоровый образ жизни».

Тема 3. Кукольный спектакль Преображенский «Огородники»

Тема 4. «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности (Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»).

Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение (12 ч.)

Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; моё настроение, ориентировано на формирование позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию.

2 класс – 4 часа

Тема 1. Мир эмоций и чувств

Тема 2. Вредные привычки

Тема 3. «Веснянка»

Тема 4. В мире интересного. (Текущий контроль знаний - Научно – практическая конференция).

3 класс – 4 часа

Тема 1. Мир моих увлечений

Тема 2. Вредные привычки и их профилактика

Тема 3. Добро лучше, чем зло, зависть, жадность.

Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»

Тема 4. В мире интересного. (Текущий контроль знаний - Научно – практическая конференция).

4 класс – 4 часа

Тема 1. Размышление о жизненном опыте

Тема 2. Вредные привычки и их профилактика

Тема 3. Школа и моё настроение

Тема 4. В мире интересного. (Текущий контроль знаний - итоговая диагностика).

Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей» (12ч.)

Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

2 класс – 4 часа

Тема 1. Я и опасность.

Тема 2. Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»

Тема 3. Первая помощь при отравлении

Тема 4. Наши успехи и достижения. (Итоговый контроль знаний – диагностика).

3 класс – 4 часа

Тема 1. Я и опасность.

Тема 2. Лесная аптека на службе человека

Тема 3. Игра «Не зная броду, не суйся в воду»

Тема 4. Чему мы научились и чего достигли. (Итоговый контроль знаний – диагностика).

4 класс – 4 часа

Тема 1. Я и опасность.

Тема 2. Игра «Мой горизонт»

Тема 3. Гордо реет флаг здоровья

Тема 4. «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». (Итоговый контроль знаний - Диагностика. Составление книги здоровья).

Формы организации внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Мое здоровье»

Формы проведения занятия и виды деятельности	Тематика
игры	Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим “Я б в спасатели пошел” «Остров здоровья» «Состояние экологии и её влияние на организм человека»
беседы	Полезные и вредные продукты Гигиена правильной осанки «Доброречие» Мой внешний вид –залог здоровья Как питались в стародавние времена и питание нашего времени Мода и школьные будни Как защититься от простуды и гриппа

тесты и анкетирование	<p>Чему мы научились за год. «Правильно ли вы питаетесь?»</p> <p>Чему мы научились и чего достигли «Что мы знаем о здоровье»</p> <p>«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»</p> <p>«Мои отношения к одноклассникам»</p> <p>«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»</p>
круглые столы	<p>«Как сохранять и укреплять свое здоровье»</p> <p>Мир моих увлечений</p>
просмотр тематических видеофильмов	<p>«Как сохранить и укрепить зрение»</p> <p>«Быстрое развитие памяти»</p> <p>«Человек»</p> <p>«Мышление и мы»</p> <p>Клещевой энцефалит</p> <p>Вредные и полезные растения.</p>
экскурсии	<p>«Сезонные изменения и как их принимает человек»</p> <p>«Природа – источник здоровья»</p> <p>«У природы нет плохой погоды»</p>
дни здоровья, спортивные мероприятия	<p>«Дальше, быстрее, выше»</p> <p>«Хочу остаться здоровым»</p> <p>«За здоровый образ жизни»</p>
конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок	<p>В здоровом теле здоровый дух</p> <p>«Моё настроение»</p> <p>Вредные и полезные растения.</p> <p>Выставка рисунков «Какие чувства вызвала музыка»</p> <p>«Продукты для здоровья»</p> <p>«Мы за здоровый образ жизни»</p> <p>«Нет курению!»</p> <p>Выпуск плакатов «Продукты для здоровья»</p>
решение ситуационных задач	<p>Культура питания.</p>

	<p>Этикет.</p> <p>Лесная аптека на службе человека</p> <p>Вредные привычки</p>
театрализованные представления, кукольный театр	<p>Стихотворение «Ручеёк»</p> <p>Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр»</p> <p>Спектакль С. Преображенский «Капризка»</p> <p>Спектакль «Спеши делать добро»</p>

2 класс

«Мое здоровье»

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	ЭОР
I	<i>Введение «Вот мы и в школе».</i>	4	
1.1	Что мы знаем о ЗОЖ	1	https://my.1september.ru/book/2465
1.2	По стране Здравейке	1	https://my.1september.ru/book/2465
1.3	В гостях у Мойдодыра	1	https://my.1september.ru/book/2465
1.4	Я хозяин своего здоровья	1	https://my.1september.ru/book/2465
II	<i>Питание и здоровье</i>	5	
2.1	Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.	1	https://my.1september.ru/book/2472
2.2	Культура питания. Этикет.	1	https://my.1september.ru/book/2472
2.3	Спектакль «Я выбираю кашу»	1	https://my.1september.ru/book/2472
2.4	«Что даёт нам море»		
2.5	Светофор здорового питания	1	https://my.1september.ru/book/2472
III	<i>Моё здоровье в моих руках</i>	7	
3.1	Сон и его значение для здоровья человека	1	https://my.1september.ru/book/2456
3.2	Закаливание в домашних условиях	1	https://my.1september.ru/book/2456
3.3	<u>День здоровья</u> «Будьте здоровы»	1	https://my.1september.ru/book/2456
3.4	Иммунитет	1	https://my.1september.ru/book/2456
3.5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1	https://my.1september.ru/book/2456
3.6	Спорт в жизни ребёнка.	1	https://my.1september.ru/book/2456

3.7	Слагаемые здоровья	1	https://my.1september.ru/book/2456
IV	Я в школе и дома	6	
4.1	Я и мои одноклассники	1	https://my.1september.ru/book/2459
4.2	Почему устают глаза?	1	https://my.1september.ru/book/2459
4.3	Гигиена позвоночника. Сколиоз	1	https://my.1september.ru/book/2459
4.4	Шалости и травмы	1	https://my.1september.ru/book/2459
4.5	«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление	1	https://my.1september.ru/book/2459
4.6	Умники и умницы	1	https://my.1september.ru/book/2459
V	Чтоб забыть про докторов	4	
5.1	С. Преображенский «Огородники»	1	https://my.1september.ru/book/3782
5.2	Как защитить себя от болезни. (Выставка рисунков)	1	https://my.1september.ru/book/3782
5.3	<u>День здоровья</u> «Самый здоровый класс»	1	https://my.1september.ru/book/3782
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусоности	1	https://my.1september.ru/book/3782
VI	Я и моё ближайшее окружение	4	
6.1	Мир эмоций и чувств.	1	https://my.1september.ru/book/2463
6.2	Вредные привычки	1	https://my.1september.ru/book/2463
6.3	«Веснянка»	1	https://my.1september.ru/book/2463
6.4	В мире интересного	1	https://my.1september.ru/book/2463
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	
7.1	Я и опасность.	1	https://my.1september.ru/book/2453
7.2	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»	1	https://my.1september.ru/book/2453
7.3	Первая помощь при отравлении	1	https://my.1september.ru/book/2453
7.4	Наши успехи и достижения	1	https://my.1september.ru/book/2453
	Итого:	34	

3 класс

По дорожкам здоровья

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	ЭОР
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	
1.1	«Здоровый образ жизни, что это?»	1	https://my.1september.ru/book/2453
1.2	Личная гигиена	1	https://my.1september.ru/book/2453
1.3	В гостях у Мойдодыра	1	https://my.1september.ru/book/2453
1.4	«Остров здоровья»	1	https://my.1september.ru/book/2453

II	<i>Питание и здоровье</i>	5	
2.1	Игра «Смак»	1	https://my.1september.ru/book/2457
2.2	Правильное питание –залог физического и психологического здоровья	1	https://my.1september.ru/book/2457
2.3	Вредные микробы	1	https://my.1september.ru/book/2457
2.4	Что такое здоровая пища и как её приготовить	1	https://my.1september.ru/book/2457
2.5	«Чудесный сундучок»	1	https://my.1september.ru/book/2457
III	<i>Моё здоровье в моих руках</i>	7	
3.1	Труд и здоровье	1	https://my.1september.ru/book/2264
3.2	Наш мозг и его волшебные действия	1	https://my.1september.ru/book/2264
3.3	<u>День здоровья</u> «Хочу остаться здоровым»	1	https://my.1september.ru/book/2264
3.4	Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.	1	https://my.1september.ru/book/2264
3.5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1	http https://my.1september.ru/book/2264
3.6	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	1	https://my.1september.ru/book/2264
3.7	«Моё здоровье в моих руках»	1	https://my.1september.ru/book/2264
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6	
4.1	Мой внешний вид –залог здоровья	1	https://my.1september.ru/book/2454
4.2	«Доборечие»	1	https://my.1september.ru/book/2454
4.3	Спектакль С. Преображнский «Капризка»	1	https://my.1september.ru/book/2454
4.4	«Бесценный дар- зрение».	1	https://my.1september.ru/book/2454
4.5	Гигиена правильной осанки	1	https://my.1september.ru/book/2454
4.6	«Спасатели , вперёд!»	1	https://my.1september.ru/book/2454
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4	
5.1	Шарль Перро «Красная шапочка»	1	https://my.1september.ru/book/2452
5.2	Движение это жизнь	1	https://my.1september.ru/book/2452
5.3	<u>День здоровья</u> «Дальше, быстрее, выше»	1	https://my.1september.ru/book/2452
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусоности	1	https://my.1september.ru/book/2452
VI	<i>Я и моё ближайшее окружение</i>	4	
6.1	Мир моих увлечений	1	https://my.1september.ru/book/2452
6.2	Вредные привычки и их профилактика	1	https://my.1september.ru/book/2452
6.3	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	1	https://my.1september.ru/book/2452
6.4	В мире интересного.	1	https://my.1september.ru/book/2452
VII	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	4	
7.1	Я и опасность.	1	https://my.1september.ru/book/2445
7.2	Лесная аптека на службе человека	1	https://my.1september.ru/book/2445
7.3	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	1	https://my.1september.ru/book/2445
7.4	Чему мы научились и чего достигли	1	https://my.1september.ru/book/2445
	Итого:	34	

4 класс

«Я, ты, он, она - мы здоровая семья»

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	ЭОР
I	<i>Введение «Вот мы и в школе».</i>	4	
1.1	«Здоровье и здоровый образ жизни»	1	https://my.1september.ru/book/2445
1.2	Правила личной гигиены	1	https://my.1september.ru/book/2445
1.3	Физическая активность и здоровье	1	https://my.1september.ru/book/2445
1.4	Как познать себя	1	https://my.1september.ru/book/2445
II	<i>Питание и здоровье</i>	5	
2.1	Питание необходимое условие для жизни человека	1	https://my.1september.ru/book/2474
2.2	Здоровая пища для всей семьи	1	https://my.1september.ru/book/2474
2.3	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	1	https://my.1september.ru/book/2474
2.4	Секреты здорового питания. Рацион питания	1	https://my.1september.ru/book/2474
2.5	«Богатырская силушка»	1	https://my.1september.ru/book/2474
III	<i>Моё здоровье в моих руках</i>	7	
3.1	Домашняя аптечка	1	https://my.1september.ru/book/2448
3.2	«Мы за здоровый образ жизни»	1	https://my.1september.ru/book/2448
3.3	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	1	https://my.1september.ru/book/2448
3.4	«Береги зрение с молодую».	1	https://my.1september.ru/book/2448
3.5	Как избежать искривления позвоночника	1	https://my.1september.ru/book/2448
3.6	Отдых для здоровья	1	https://my.1september.ru/book/2448
3.7	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье	1	https://my.1september.ru/book/2448
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6	
4.1	«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»	1	https://my.1september.ru/book/2464
4.2	«Класс не улица ребята И запомнить это надо!»	1	https://my.1september.ru/book/2464
4.3	Кукольный спектакль «Спешите делать добро»	1	https://my.1september.ru/book/2464
4.4	Что такое дружба? Как дружить в школе?	1	https://my.1september.ru/book/2464
4.5	Мода и школьные будни	1	https://my.1september.ru/book/2464
4.6	Делу время , потехе час.	1	https://my.1september.ru/book/2464
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4	
5.1	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1	https://my.1september.ru/book/2469

5.2	День здоровья«За здоровый образ жизни»С.	1	https://my.1september.ru/book/2469
5.3	Кукольный спектакльПреображенский «Огородники»	1	https://my.1september.ru/book/2469
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1	https://my.1september.ru/book/2469
VI	Я и моё ближайшее окружение	4	
6.1	Размышление о жизненном опыте	1	https://my.1september.ru/book/2449
6.2	Вредные привычки и их профилактика	1	https://my.1september.ru/book/2449
6.3	Школа и моё настроение	1	https://my.1september.ru/book/2449
6.4	В мире интересного.	1	https://my.1september.ru/book/2449
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	
7.1	Я и опасность.	1	https://my.1september.ru/book/2455
7.2	Игра «Мой горизонт»	1	https://my.1september.ru/book/2455
7.3	Гордо реет флаг здоровья	1	https://my.1september.ru/book/2455
7.4	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»	1	https://my.1september.ru/book/2455
	Итого:	34	

Список используемой литературы

Антропова М.В. Что надо знать о двигательной активности и закаливании детей. /Физическая культура в школе. - 1993, № 3. - 28 - 36с.

Волков Н.И. Двигательная активность и рациональное питание школьников. / Теория и практика физической культуры. - 2001, № 8. - с. 9 - 12.

Кардашенко В.Н. Некоторые вопросы гигиены детей и подростков в связи с научно-техническим прогрессом / Гигиена и санитария. - 1973, №3. С. 66-68.

Колгушкин А.Н., Короткова Л.И. Лекарство от простуды. - М.: Знание, 1989. - 76с.

Коростелев Н.Б. слагаемые здоровья. - М.: Знание, 1990. - 120с.

Лаптев А.П., Полиевский С.А. Гигиена. - М.: ФКиС, 1990. - 94 с.

Лопотенко А.В., Тотеблецов Е.А., физическая культура и ее виды в реальных потребностях молодежи. // теория и практика физической культуры. - 1997, № 6. - с. 26.