

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Администрация Приморского района

ГБОУ гимназия №49

РАССМОТРЕНО

Методическим
объединением учителей
начальных классов

Протокол от 29.08.2023
г. № 1

Председатель МО

Н.Н. Волкова

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим
Советом ГБОУ
гимназии № 49

Приморского района
Санкт-Петербурга

Протокол от 30.08.2023
г. № 1

Председатель
педагогического совета

Ф.Ф. Сёмочкина

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора
ГБОУ гимназии № 49
Приморского района

Санкт-Петербурга

Приказ от 31.08.2023 г.
№ 115

Директор гимназии

Ф.Ф. Сёмочкина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Здоровейка»

для обучающихся 1-х классов

г. Санкт-Петербург, 2023

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Здоровейка» для 1-х классов разработана с учетом следующих нормативных документов:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 "Об утверждении федерального образовательного стандарта начального общего образования";

- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 № 115;

- Инструктивно-методического письма Министерства просвещения РФ от 05.07.2022 № ТВ-1290/03 «Информационно-методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования»;

- санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);

- санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685- 21);

- Устава государственного бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии №49 Приморского района Санкт-Петербурга (согласован Главой Администрации Приморского района Санкт-Петербурга 08.09.2014г., утверждён Распоряжением Комитета по образованию от 13 октября 2014г. № 1625-р. Изменения в Устав согласованы Главой Администрации Приморского района Санкт-Петербурга 06.11.2020г., утверждены Распоряжением Комитета по образованию от 09 декабря 2020г. № 2368-р)

- Основной образовательной программы начального общего образования, утверждённой Приказом директора ГБОУ гимназии № 49 от 31.08.2023 № 115;

- Положения об организации внеурочной деятельности в ГБОУ гимназии №49 Приморского района Санкт-Петербурга от 01.09.2022 протокол №2; утверждено директором ГБОУ гимназии №49 01.09.2022г. приказ № 140;

- Программы воспитания ГБОУ гимназии № 49.

Содержание рабочей программы

I Пояснительная записка

1. Общая характеристика курса внеурочной деятельности
2. Цель и задачи курса внеурочной деятельности
3. Место курса внеурочной деятельности в учебном плане
4. Ценностные ориентиры содержания курса внеурочной деятельности
5. Содержание курса внеурочной деятельности
6. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности
7. Требования к уровню подготовки обучающихся
8. Материально – техническое обеспечение

II Календарно – тематическое планирование

1. Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

2. Цель и задачи курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностноориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования и спроектирована с учётом нивелирования вышеперечисленных школьных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья младших школьников.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

1. **Формирование:**

- представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие; навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

2. **Обучение:**

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

3. **Место курса внеурочной деятельности в учебном плане**

Программа рассчитана на 1 год. Содержание курса рассчитано на 66 часов - 2 часа в неделю.

4. **Ценностные ориентиры содержания курса внеурочной деятельности**

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

- **Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.
- **Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.
- **Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой деятельности и жизни.
- **Ценность свободы** как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.

5. Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание программы соответствует познавательным возможностям младших школьников и предоставляет им возможность работать на уровне повышенных требований, развивая учебную мотивацию.

Творческие работы, проектная деятельность и другие технологии, используемые во внеурочной работе, должны быть основаны на любознательности детей, которую и следует поддерживать и направлять. Данная практика поможет ему успешно овладеть не только общеучебными умениями и навыками, но и осваивать более сложный уровень знаний по предмету, достойно выступить на олимпиадах и участвовать в различных конкурсах.

№№	Наименование разделов	Количество часов
1	Введение	2
2.	Дружи с водой	8
3	Уход за глазами	4
4	Уход за ушами	4
5	Уход за зубами	6
6	Уход за руками и ногами	8
7	Как сделать сон полезным?	4
8	Поведение в школе	4
9	Вредные привычки	4
10	Кто нас лечит?	8
11	Народные игры	14
	Всего:	66

6. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- становление основ гражданской российской идентичности, уважения к своей семье и другим людям, своему Отечеству, развитие морально-этических качеств, адекватных полноценной математической деятельности;

- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире на основе метода рефлексивной самоорганизации;
- принятие социальной роли «ученика». Осознание личностного смысла учения и интереса к изучению математики;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, способность к рефлексивной самооценке собственных действий и волевая саморегуляция;
- освоение норм общения и коммуникативных взаимодействий, умение находить выходы из спорных ситуаций *Регулятивные УУД:*
- Вырабатывает критерии оценки в диалоге с учителем, одноклассниками и самостоятельно;
- Осознаёт уровень и качество выполнения работы; *Познавательные УУД:*
- Использует сравнение для установления общих и специфических свойств объектов, высказывает суждения по результатам сравнения; □ Делает выводы на основе обобщения знаний;
- Понимает цель и осмысливает прочитанное;
- Определяет последовательность действий для решения предметной задачи, осуществляет простейшее планирование своей работы; *Коммуникативные УУД:*
- Участвует в учебном диалоге;
- Строит монологическую речь;
- Соблюдает нормы речевого взаимодействия.
- Сотрудничает с одноклассниками при работе в группе.

Предполагаемые результаты.

Занятия должны помочь учащимся:

- помочь учащимся овладеть способами исследовательской деятельности;
- формировать творческое мышление;
- способствовать улучшению качества решения задач различного уровня сложности учащимися;
- успешному выступлению на играх, конкурсах.

7. Требования к уровню подготовки обучающихся

Основные виды деятельности учащихся:

- оформление газет о здоровье
- знакомство с научно-популярной литературой, связанной с медициной

- проектная деятельность
- самостоятельная работа
- работа в парах, в группах
- творческие работы

Виды контроля знаний

В данном случае для проверки уровня усвоения знаний учащимися могут быть использованы нестандартные виды контроля:

- Участие в конкурсах, викторинах, КВН, турнирах.
- Выпуск газет о здоровье.

8. Материально – техническое обеспечение

- - Мультимедийный проектор.
- - Интерактивная доска.
- - Мультимедийные презентации (программы: SMART, Power Point).
- - Компьютер
- - Учебно - наглядные пособия:
- - Серия сюжетных картинок.
- - Предметные картинки.

Календарно – тематический план

Категория слушателей: обучающиеся 1 класса

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 2 часа в неделю(66 часов)

Дата проведения	№ п/п	Дата факт.	Тема занятия	Тип занятия	Деятельность учащихся		Вид контроля	Содержание занятия
					УУД	Освоение умений		
1 Раздел: Введение (2 часа)								
	1		Наше здоровье – в наших руках	беседа	<p>Личностные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы); 	Рассказать о стране Здоровья	Текущий контроль.	Знакомство с целями и задачами кружка. Инструктаж по технике безопасности.
	2		Советы доктора Пильюкина	беседа	<ul style="list-style-type: none"> ➤ В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке 	знакомство с доктором Пильюлькиным	Текущий контроль.	Беседа « Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». Разучивание

				<p>других участников группы и педагога, как поступить.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни; ➤ осознание ответственности человека за общее благополучие; ➤ этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость; ➤ положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям по программе; ➤ способность к самооценке; ➤ начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях. 			<p>пословиц и поговорок</p> <p>Оздоровительная минутка. Знакомство с доктором Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики».</p>
2 Раздел: Дружи с водой (8 часов)							
	3	Советы доктора Чистюлькина	занятие прогулка	<p>Регулятивные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 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 	Узнать о важности воды для организма	Текущий контроль. Работа в группах	Комплекс упражнений для утренней зарядки. Беседа по стихотворению К. Чуковский «Мойдодыр».
	4	Советы доктора Чистюлькина	занятие прогулка	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить 	Узнать о важности воды для организма	Текущий контроль. Работа в группах	Советы доктора Чистюлькина. Оздоровительная минутка.

	5		С водой надо дружить	занятиепрогулка	работать по предложенному учителем плану.	Узнать о важности воды для организма	Текущий контроль.	Игра «Доскажи словечко».
					<ul style="list-style-type: none"> ➤ Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке. ➤ Учиться адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок; ➤ Умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить; ➤ Умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи; <p>Познавательные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебной литературе (на 		Работа в группах	
	6		Твои друзья-вода и мыло.	беседа		Узнать о гигиене	Текущий контроль.	Повторение правил доктора Чистюлькина. Сказка о микробах. Оздоровительна я минутка. Игра «Наоборот».
	7		Твои друзьявода и мыло.	беседа		Узнать о гигиене	Текущий контроль.	Повторение правил доктора Чистюлькина. Сказка о микробах. Оздоровительна я минутка. Игра «Наоборот».
	8		Игры на свежем воздухе.	беседа		Научиться работать в группе.	Текущий контроль.	
	9		Игры на свежем воздухе.	беседа		Научиться работать в группе.	Текущий контроль.	

	10		Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»	занятиепрогулка	развороте, в оглавлении, в словаре). ➤ Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебную литературу, свой жизненный опыт и	Систематизировать сведения о воде	Текущий контроль. Работа в группах	Повторение правил доктора Чистюлькина.
3 Раздел: уход за глазами (4 часа)								

	11		Наши глаза	беседа	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). Коммуникативные УУД:	Узнать как необходимо заботиться о глазах	Текущий контроль.	Беседа об органах зрения. Правила бережного отношения к зрению.
	12		Глаза-главные помощники человека	беседа	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). Коммуникативные УУД:	Узнать как необходимо заботиться о глазах	Текущий контроль.	Беседа об органах зрения. Правила бережного отношения к зрению.
	13		Кто лечит наши глаза?	занятиепрогулка	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). Коммуникативные УУД:	Узнать о работе врача-окулиста	Текущий контроль.	Правила бережного отношения к зрению.
	14		Знакомимся с профессией окулиста.	занятиепрогулка	Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи	Узнать о работе врача-окулиста	Текущий контроль.	Правила бережного отношения к зрению.
4 Раздел: Уход за ушами (4 часа)								

	15	Что вредит нашим ушам?	аудиторное	<p>(на уровне одного предложения или небольшого текста).</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Слушать и понимать речь других. ➤ Совместно договариваться о правилах общения и 	Узнать как необходимо заботиться об ушах	Текущий контроль.	<p>Беседа.</p> <p>Правила сохранения слуха.</p> <p>Оздоровительная минутка. Разыгрывание ситуации.</p>
--	----	------------------------	------------	---	--	-------------------	--

	16	Чтобы уши слышали	аудиторное	<p>поведения в школе и следовать им.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). 	Узнать как необходимо заботиться об ушах	Текущий контроль	<p>Проведение опытов.</p> <p>Оздоровительная минутка. «Самомассаж ушей».</p>
	17	Какой врач лечит наши уши?	занятие прогулка	<p>В процессе обучения дети также учатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; ➤ ставить вопросы; ➤ обращаться за помощью; ➤ формулировать свои затруднения; 	Узнать о работе врача-оториноларинголога	Текущий контроль Работа в группах.	Беседа. Знакомство с доктором оториноларингологом.
	18	Знакомимся с профессией оториноларинголог	занятие прогулка		Узнать о работе врача-оториноларинголога	Текущий контроль Работа в группах.	Беседа. Знакомство с доктором отоларингологом.
5 Раздел: Уход за зубами (6 часов)							

	19		Простые секреты здоровых зубов	аудиторное	<ul style="list-style-type: none"> ➤ предлагать помощь и сотрудничество; ➤ слушать собеседника; ➤ договариваться и приходить к общему решению; ➤ формулировать собственное мнение и позицию; ➤ осуществлять взаимный контроль; ➤ адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. 	Узнать о зубах, почему они болят	Текущий контроль.	<p>Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Стихотворение С. Михалкова « Как у нашей Любы...» Беседа по содержанию.</p> <p>Оздоровительна я минутка.</p> <p>Игра «Угадайка!»</p>
	20		Почему болят зубы	аудиторное		Узнать о зубах, почему они болят	Текущий контроль.	<p>Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Стихотворение С. Михалкова « Как у нашей</p>
								<p>Любы...» Беседа по содержанию.</p> <p>Оздоровительна я минутка.</p> <p>Игра «Угадайка!»</p>

	21	Чтобы зубы были здоровыми	аудиторное
	22	Какой врач лечит наши зубы?	аудиторное
	23	Здоровые зубы красивая улыбка	занятие прогулка

Узнать как правильно чистить зубы	Текущий контроль.	Беседа. Знакомство с доктором Здоровая Пища Зачем человеку зубная щётка?
Узнать о работе врача-стоматолога	Текущий контроль.	Беседа. Знакомство с доктором стоматологом .
Систематизировать полученные ранее знания	Текущий контроль Работа в группах.	Встреча с доктором Здоровые Зубы. Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.

	24		Как сохранить улыбку красивой?	занятияпрогулка		Систематизировать полученные ранее знания	Текущий контроль Работа в группах.	Встреча с доктором Здоровые Зубы. Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.
6 Раздел: Уход за руками и ногами (8 часов)								
	25		Верные помощники человека	беседа		Узнать для чего нужны руки и ноги.	Текущий контроль.	Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками Памятка «Это полезно знать». Оздоровительна я минутка.
	26		Верные помощники человека	беседа			Текущий контроль.	

	27		«Рабочие инструменты» человека	беседа		Узнать для чего нужны руки и ноги.	Текущий контроль.	Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками Памятка «Это полезно знать». Оздоровительная минутка.
--	----	--	--------------------------------	--------	--	------------------------------------	-------------------	--

	28		«Рабочие инструменты» человека	беседа		Узнать для чего нужны руки и ноги.	Текущий контроль.	Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками Памятка «Это полезно знать». Оздоровительная минутка.
	29		Как заботиться о руках и ногах?	занятиепрогулка		Узнать как заботиться о руках и ногах.	Текущий контроль.	Советы гигиениста.
	30		Гигиена рук и ног	занятиепрогулка		Узнать о правильном мытье рук и ног.	Текущий контроль.	Советы гигиениста.
	31		Рисование пальчиками.	аудиторное			Текущий контроль.	Практическая работа.

	32		Рисование пальчиками.	аудиторное
7 Раздел: Как сделать сон полезным? (4 часа)				
	33		Сон-лучшее лекарство	аудиторное

	Текущий контроль.	Практическая работа.
Узнать, что такое сон, его важность для человека.	Текущий контроль. Работа в группах	Стихотворение С. Михалкова « Не спать » Беседа по содержанию. Оздоровительная минутка

	34		Сон-лучшее лекарство	аудиторное
	35		Чтобы сон был здоровым.	занятиепрогулка
	36		Чтобы сон был здоровым.	занятиепрогулка

	Узнать, что такое сон, его важность для человека.	Текущий контроль. Работа в группах	Стихотворение С. Михалкова « Не спать » Беседа по содержанию. Оздоровительная минутка
	Научиться работать в группе.	Текущий контроль.	Советы доктора Неболейкина .
	Научиться работать в группе.	Текущий контроль.	Советы доктора Неболейкина .

8 Раздел: Поведение в школе (4 часов)							
	37	Правильное поведение в школе - одна из составляющих сохранения здоровья	беседа		Узнать о режиме дня, поведении в школе.	Текущий контроль.	<p>Рассказы М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой». Беседа по содержанию.</p> <p>Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?»</p>
	38	Режим дня школьника	беседа		Узнать о режиме дня, поведении в школе.	Текущий контроль.	<p>Рассказы М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой». Беседа по содержанию.</p> <p>Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?»</p>

	39		Обязанности ученика в школе.	беседа
	40		Игра «Зов Джунглей».	
9 Раздел: Вредные привычки (4 часа)				
	41		Какие вредные привычки вы знаете?	беседа
	42		Чтобы здоровье сохранить,	беседа

Узнать об обязанностях в школе.	Текущий контроль.	беседа
Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Игра
Узнать какие бывают вредные привычки и как с ними бороться.	Текущий контроль.	Беседа «Это красивый человек». Оздоровительная минутка «Деревце». Игра «Да - нет».
Научиться беречь здоровье.	Текущий контроль.	Просмотр презентации

			нужно его беречь.	
	43		Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни!».	занятиепрогулка
	44		Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни!».	занятиепрогулка

		Работа в группах
Научиться работать в группе.	Текущий контроль.	Рисование
Научиться работать в группе.	Текущий контроль.	Рисование

10 Раздел: Кто нас лечит (8 часов)							
	45	Кто нас лечит Современные заботы медицины	беседа				
	46	Кто нас лечит Современные заботы медицины	беседа		Узнать какие бывают врачи.	Текущий контроль.	Беседа «Из чего получают лекарства» Оздоровительна я минутка. Игра «Кто больше знает»
	47	Кто нас лечит	беседа		Узнать какие бывают врачи.	Текущий контроль.	Беседа «Из чего получают лекарства»
		Современные заботы медицины					Оздоровительна я минутка. Игра «Кто больше знает»

	48		Познавательное из медицины.	беседа
	49		Профессия врача	беседа
	50		Профессия врача	беседа
	51		Если бы я был врачом	занятиепрогулка
	52		«Я бы доктором пошёл, пусть меня научат!»	занятиепрогулка
11 Раздел: Народные игры (14 часов)				
	53		Как вести себя во время игры?	занятиепрогулка
	54		Давай поиграем!	занятиепрогулка

Узнать интересные моменты о медицине.	Текущий контроль.	Беседа «Из чего получают лекарства» Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает»
Узнать о профессии врача	Текущий контроль.	Работа с презентацией
Узнать о профессии врача	Текущий контроль.	Работа с презентацией
Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Ролевая игра
Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Ролевая игра
Научиться работать в группе.	Текущий контроль.	Инструктаж
Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Беседа по теме. Разучивание народных игр

							Игры эстафеты «Круговые салки», эстафеты со скакалками «Поезд»	
	55		Давай поиграем!	занятие прогулка		Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Беседа по теме. Разучивание народных игр Игры эстафеты «Круговые салки», эстафеты со скакалками «Поезд»
	56		Давай поиграем!	занятие прогулка		Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Русская народная игра «Блуждающий мяч». Русская народная игра «Горелки».

	57		Давай поиграем!	занятие прогулка		Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Русская народная игра «Блуждающий мяч». Русская народная игра «Горелки».
--	----	--	-----------------	------------------	--	---	---------------------------------------	---

	58		Народные игры.	Занятие прогулка		Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Русская народная игра «Блуждающий мяч». Русская народная игра «Горелки».
	59		Народные игры.	Занятие прогулка		Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Русская народная игра «Филин и пташка». Русская народная игра «Городки». и др.

	60		Народные игры.	Занятие-прогулка
	61		Народные игры.	Занятие-прогулка
	62		Народные игры.	Занятие-прогулка
	63		Мои игры	Занятие-прогулка

Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Русская народная игра «Филин и пташка». Русская народная игра «Городки». и др.
Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Русская народная игра «Филин и пташка». Русская народная игра «Городки». и др.
		«Городки». и др.
	Текущий контроль. Работа в группах	Русская народная игра «Филин и пташка». Русская народная игра «Городки». и др.
Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Игры

	64		Мои игры	Занятие-прогулка
	65		Мои игры	Занятие-прогулка
	66		Мои игры	Занятие-прогулка

Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Игры
Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Игры
Научиться применять свои знания в игре.	Текущий контроль. Работа в группах	Игры

Календарно-тематическое планирование по внеурочной деятельности «Здоровейка» 1 класс

№	Тема	Дата план	Дата факт
1	Наше здоровье – в наших руках		
2	Советы доктора Пилюлькина		
3	Советы доктора Чистюлькина		
4	Советы доктора Чистюлькина		
5	С водой надо дружить		
6	Твои друзья-вода и мыло.		
7	Твои друзья-вода и мыло.		
8	Игры на свежем воздухе.		
9	Игры на свежем воздухе.		
10	Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»		
11	Наши глаза		
12	Глаза-главные помощники человека		
13	Кто лечит наши глаза?		
14	Знакомимся с профессией окулиста.		
15	Что вредит нашим ушам?		
16	Чтобы уши слышали		
17	Какой врач лечит наши уши?		
18	Знакомимся с профессией оториноларинголог		
19	Простые секреты здоровых зубов		
20	Почему болят зубы		
21	Чтобы зубы были здоровыми		
22	Какой врач лечит наши зубы?		
23	Здоровые зубы-красивая улыбка		
24	Как сохранить улыбку красивой?		
25	Верные помощники человека		
26	Верные помощники человека		
27	«Рабочие инструменты» человека		
28	«Рабочие инструменты» человека		
29	Как заботиться о руках и ногах?		
30	Гигиена рук и ног		
31	Рисование пальчиками.		
32	Рисование пальчиками.		
33	Сон-лучшее лекарство		
34	Сон-лучшее лекарство		
35	Чтобы сон был здоровым.		
36	Чтобы сон был здоровым.		
37	Правильное поведение в школе - одна из составляющих сохранения здоровья		
38	Режим дня школьника		
39	Обязанности ученика в школе.		
40	Игра «Зов Джунглей».		

41	Какие вредные привычки вы знаете?		
42	Чтобы здоровье сохранить, нужно его беречь.		
43	Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни!».		
44	Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни!».		
45	Кто нас лечит .Современные заботы медицины.		
46	Кто нас лечит .Современные заботы медицины.		
47	Кто нас лечит .Современные заботы медицины.		
48	Познавательное из медицины.		
49	Профессия врача		
50	Профессия врача		
51	Если бы я был врачом		
52	«Я бы доктором пошёл, пусть меня научат!»		
53	Как вести себя во время игры?		
54	Давай поиграем!		
55	Давай поиграем!		
56	Давай поиграем!		
57	Давай поиграем!		
58	Народные игры.		
59	Народные игры.		
60	Народные игры.		
61	Народные игры.		
62	Народные игры.		
63	Мои игры		
64	Мои игры		
65	Мои игры		
66	Мои игры		