Ростовская область Куйбышевский район хутор Кринично-Лугский

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Кринично-Лугская средняя общеобразовательная школа.

 « **Утверждаю»**

 Директор МБОУ Кринично – Лугской СОШ

 Приказ от 31.08.2017 №118

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Коломейцева Е.А.

 **Программа**

**по внеурочной деятельности 4 класс**

**«Школа здоровья»**

**общекультурного направления**

**начального общего образования**

**Количество часов 33**

**Учитель Куценко Наталья Васильевна**

Программа разработана на основе программы «Педагогика здоровья»

под редакцией В.Н.Касаткиной

**Планируемые результаты**

**В результате усвоения программы учащиеся должны уметь:**

* выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
* осуществлять активную оздоровительную деятельность;
* формировать своё здоровье.

**Учащиеся должны знать:**

* факторы, влияющие на здоровье человека;
* причины некоторых заболеваний;
* причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
* виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
* о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;

 -основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

**Содержание курса**

**Тема 1.** *Что такое здоровье? (1час)*

**Тема 2.** *Что такое эмоции? (1час)*

**Тема 3.** *Чувства и поступки. (1час)*

**Тема 4.***Стресс. (1час)*

**Тема 5.** *Учимся думать и действовать. (1час)*

**Тема 6.** *Учимся находить причину и последствия событий. (1час)*

**Тема 7.** *Умей выбирать. (1час)*

**Тема 8.** *Принимаю решение.(1час)*

 **Тема 9.** *Я отвечаю за своё решение.(1час)*

**Тема 10.** *Что мы знаем о курении. (1час)*

**Тема 11.** *Зависимость. (1час)*

**Тема 12.** *Умей сказать НЕТ. (1час)*

**Тема 13.** *Как сказать НЕТ. (1час)*

**Тема 14.** *Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ? (1час)*

**Тема 15.** *Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения. (1час)*

**Тема 16.** *Волевое поведение. (1час)*

**Тема 17.** *Алкоголь. (1час)*

**Тема 18.** *Алкоголь – ошибка. (1час)*

**Тема 19.** *Алкоголь – сделай выбор. ( 1час)*

**Тема 20.** *Наркотик. (1час)*

**Тема 21.** *Наркотик – тренинг безопасного поведения. (1час)*

**Тема 22.** *Мальчишки и девчонки. (1час)*

**Тема 23.** *Моя семья. (1час)*

**Тема 24.** *Дружба. (1час)*

**Тема 25.** *День здоровья. (1час)*

**Тема 26.** *Умеем ли мы правильно питаться?(1час)*

**Тема 27.** *Я выбираю кашу. (1час)*

**Тема 28.** *Чистота и здоровье. (1час)*

 **Тема 29.***Откуда берутся грязнули? (игра – путешествие) (1час)*

**Тема 30.** *Чистота и порядок (продолжение путешествия). (1час)*

**Тема 31.** *Будем делать хорошо и не будем плохо.(1час)*

**Тема 32.** *КВН «Наше здоровье» (1час)*

**Тема 33.** *Я здоровье берегу – сам себе я помогу (урок-праздник) (1час)*

**Основные формы организации занятий:**

\* театрализованное действие;

* спортивный праздник;
* сюжетно-ролевые игры;
* костюмированный праздник ;
* игры-путешествия ;
* уроки – КВН, праздники .

**Тематическое планирование**

***4 год обучения - (33 часа)***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Дата | Тема занятия | Кол-во часов |
|  |  | **I четверть 9 ч** |  |
| 1 | 04.09 | Что такое здоровье? | 1 |
| 2 | 11.09 | Что такое эмоции? | 1 |
| 3 | 18.09 | Чувства и поступки | 1 |
| 4 | 25.09 | Стресс | 1 |
| 5 | 2.10 | Учимся думать и действовать | 1 |
| 6 | 09.10 | Учимся находить причину и последствия событий | 1 |
| 7 | 16.10 | Умей выбирать. Принимаю решение | 1 |
| 8 | 23.10 | Подвижные игры на свежем воздухе | 1 |
| 9 | 30.10 | Я отвечаю за свои решения | 1 |
|  |  | **II четверть 7 ч** |  |
| 10 | 13.11 | Что мы знаем о курении | 1 |
| 11 | 20.11 | Зависимость | 1 |
| 12 | 27.11 | Сильные , смелые, ловкие. Спортивные соревнования. | 1 |
| 13 | 04.12 | Умей сказать НЕТ .Как сказать НЕТ | 1 |
| 14 | 11.12 | Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ? | 1 |
| 15 | 18.12 | Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения. Волевое поведение | 1 |
| 16 | 25.12 | Зимние забавы на свежем воздухе | 1 |
|  |  | **III четверть 10 ч** |  |
| 17 | 15.01 | Алкоголь | 1 |
| 18 | 22.01 | Алкоголь – ошибка | 1 |
| 19 | 29.01 | Алкоголь – сделай выбор | 1 |
| 20 | 05.02 | Наркотик | 1 |
| 21 | 12.02 | Наркотик – тренинг безопасного поведения | 1 |
| 22 | 19.02 | Мальчишки и девчонки | 1 |
| 23 | 26.02 | Моя семья. Дружба | 1 |
| 24 | 05.03 | Подвижные игры на свежем воздухе | 1 |
| 25 | 12.03 | День здоровья | 1 |
| 26 | 19.03 | Умеем ли мы правильно питаться? | 1 |
|  |  | **4 четверть 7 ч** |  |
| 27 | 02.04 | Я выбираю кашу | 1 |
| 28 | 09.04 | Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули? | 1 |
| 29 | 16.04 | Веселые старты | 1 |
| 30 | 23.04 | Чистота и порядок | 1 |
| 31 | 07.05 | Будем делать хорошо и не будем плохо | 1 |
| 32 | 14.05 | КВН «Наше здоровье» | 1 |
| 33 | 21.05 | Я здоровье берегу – сам себе я помогу. | 1 |

«РАССМОТРЕНО» « СОГЛАСОВАНО»

Протокол заседания ШМО Заместитель директора по УВР

Учителей начальных классов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Лазарева А.В

МБОУ Кринично-Лугской СОШ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 года

от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017год №\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Чуйко Т.Г