

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Самарской области

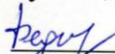
Юго-Западное управление министерства образования

Самарской области

ГБОУ ООШ с. Тяглое Озеро

РАССМОТРЕНО

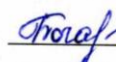
Руководитель МО

 Федюнина И.Г.

Приказ № 1
от «28» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

 Бочарова В.В.
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ ООШ с
Тяглое Озеро

 Федюнина Н.В.
Приказ № 18/23 ср
от «30» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Час здоровья»

для обучающихся 1 - 4 классов

Тяглое Озеро 2024

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Час здоровья» для 1-4 классов

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Час здоровья» для 1-4 классов составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «6» октября 2009 г. № 373 (с последующими изменениями)
2. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189 зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011 г., рег. № 19993);
3. Плана внеурочной деятельности ГБОУ ООШ с. Тяглое Озеро
4. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ по отдельным учебным предметам, дисциплинам, курсам по реализации ФГОС

Цель курса: обеспечение целостного, поэтапного подхода к формированию у обучающихся здорового образа жизни.

Основные задачи:

- ✓ Расширять знания по вопросам здорового образа жизни.
- ✓ Формировать понимание значимости здорового образа жизни.
- ✓ Способствовать формированию активной жизненной позиции по сохранению и укреплению своего здоровья.
- ✓ Взаимодействовать с родителями в работе по воспитанию здорового образа жизни.
- ✓ Сотрудничать с общественными организациями.

Место курса в плане внеурочной деятельности ГБОУ ООШ с. Тяглое Озеро: учебный курс предназначен для обучающихся 1 - 4 х классов:

2 часа в неделю/66 часов в год 1 класс; 2 часа в неделю/68 часов в год во 2 классе, в 3 классе, в 4 классе.

Содержание курса внеурочной деятельности

Программа «Час здоровья» рассчитана на учащихся начальных классов на четыре года. Весь материал разделён на четыре блока: «Тайны нашего здоровья», «Здоровье в твоих руках» (профилактика вредных привычек), «Со спортом дружить – здоровым быть!», «Маленькие туристы».

«Тайны нашего здоровья». Этот блок рассматривает вопросы: что такое здоровье, здоровый образ жизни, что помогает сохранять и укреплять здоровье. Дети знакомятся с особенностями организма человека, причинами возникновения болезней, способами оказания первой медицинской помощи, говорят о правильном питании.

«Здоровье в твоих руках». Данный раздел посвящён профилактике вредных привычек. Особое внимание нужно обратить на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным. Главное – это формирование ответственности за своё здоровье, приобщение детей к здоровому образу жизни.

«Со спортом дружить – здоровым быть». Знакомство с различными видами спорта, значением спорта в жизни человека. Большое внимание уделяется укреплению здоровья детей через подвижные игры, спортивные состязания, лыжные прогулки, катание на коньках.

«Маленькие туристы». Туризм обладает притягательной силой. Это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в воспитании нравственных качеств личности школьника. Туризм как форма активного отдыха полезен каждому ребёнку. Возможности школьного туризма ограничены, но каждому обучающемуся независимо от его склонностей, желаний и увлечений школа за годы учёбы должна дать некоторый объём туристических знаний и умений. В этом блоке присутствуют теоретические и практические занятия.

Данные блоки взаимосвязаны между собой.

Каждая четверть посвящена изучению какого-либо раздела. Все четыре блока повторяются каждый год, от простого к сложному, поэтапно, в системе, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Порядок блоков в первом классе обусловлен следующими моментами:

- ✓ начинать работу по формированию здорового образа жизни необходимо с азов (знакомства с основными понятиями), поэтому первый блок – «Тайны здоровья»;
- ✓ третья четверть самая длинная, самая привлекательная пора для любителей зимних видов спорта, подвижных игр на воздухе, поэтому третий блок – «Со спортом дружить – здоровым быть»;
- ✓ апрель и май – подходящее время для занятий туризмом.

Во втором классе порядок блоков сохраняется.

В третьем и четвёртом классах удобнее блок «Маленькие туристы» взять в первую четверть, т.к. учащиеся данных классов принимают участие в районных туристических слётах и мероприятиях.

В первом классе основным воспитательным моментом становится формирование понимания значимости здорового образа жизни. Дети знакомятся с самим понятием здоровья (*что это такое?*), определяют его ценность. Немаловажным является мотивирование учащихся на посещение спортивных кружков и секций.

На втором году воспитания продолжается работа по формированию знаний, умений и навыков здорового образа жизни. Главным становится вопрос – *что необходимо делать*, чтобы здоровье было всегда.

Третий год воспитания раскрывает для ребёнка привлекательность здорового образа жизни: внешнюю и внутреннюю (красота, энергия, радость, новые достижения, приятные ощущения и творческое удовлетворение). Ставим акцент на формировании *способности управлять своим здоровьем*.

Четвёртый год (итоговый) посвящён формированию самостоятельности в умении анализировать и *нести ответственность за своё здоровье*.

Основными понятиями, которые красной нитью проходят через всю воспитательную работу по реализации этого направления являются **здоровье, здоровый образ жизни, ценностное отношение к здоровью.**

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

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

Образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- ✓ **личностные результаты** — готовность и способность учащихся 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 учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

✓ **предметные результаты** — освоенный учащимися 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 спортивно-оздоровительному направлению «Час здоровья» 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** как поступить при поддержке других участников группы и педагога.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- *определять* и *формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- *проговаривать* последовательность действий;
- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, *учить работать* по предложенному учителем плану;
- учиться совместно с учителем и другими учениками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности класса.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

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).

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.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися 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.

ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Обучение ведется на безотметочной основе. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Час здоровья» предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Социально одобряемая модель поведения может быть выработана только в результате вовлечения учащихся в здоровьесберегающие практики. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ учащихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

Тематическое планирование 1 класс

№	Тема занятия	Форма проведения занятия	Часы	ЦОР/ЭОР	Дата
1-2	Вводное занятие «Мы школьники»	Знакомство с планом работы занятий. Составление безопасного маршрута следования от дома до школы (Рисуем правильный маршрут).	2	https://infourok.ru	
3-4	Азбука здоровья	Определение понятия "здоровье". Что такое здоровый образ жизни?	2	https://infourok.ru	

		Факторы, укрепляющие здоровье. Участие в конкурсе рисунков.			
5-6	Я и моё здоровье	Знакомство с понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни», поиск факторов, влияющих на здоровье	2	https://infourok.ru	
7-8	Народные игры.	. Разучивание русских народных игр «Кот и мышь», «Коршун».	2	https://infourok.ru	
9-10	Игры – эстафеты	Разучивание игр-эстафет: «Команда быстроногих»	2	https://infourok.ru	
11-12	Игры с прыжками	Разучивание игр с прыжками: «Зайцы в огороде»	2		
13-14	Играя, подружись с бегом	Разучивание игр с бегом: «Бездомный заяц».	2		
15-16	Лечебная физкультура.	Приёмы массажа и самомассажа.	2		
17-18	Полезные привычки. Режим дня.	Формирование представлений о режиме дня школьника, личной гигиене. Значение утренней гимнастики для организма.	2	https://infourok.ru	
19-20	Береги глаз, как алмаз	Разучивание упражнений для профилактики нарушений зрения. Формирование потребности в здоровом образе жизни.	2	https://infourok.ru	
21-22	«Без осанки и конь – корова»	Разучивание упражнений для профилактики нарушений осанки. Участие в эстафетах, театрализации.	2	https://infourok.ru	
23-24	«Ученье - свет, но осанка дороже»	Разучивание упражнений для профилактики нарушений осанки. Участие в эстафетах, театрализации. Формирование потребности в здоровом образе жизни.	2	https://infourok.ru	
25-30	Поговорим о правильном питании.	Поговорим о правильном питании.	6	https://infourok.ru	

31-32	Помоги себе сам.	Беседа.Помоги себе сам.	2	https://infourok.ru	
33-34	«В спорте – сила!»	Развитие познавательных процессов. Формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам.	2	https://infourok.ru	
35- 38	Зимние забавы.	Формирование здоровых установок. Участие в эстафетах на санках.	4	https://infourok.ru	
39-40	Зимние забавы. Коллективный творческий проект «В снежном городке»	«Клуб ледяных инженеров». Лепка фигур из снега. Формирование представлений о социально одобряемых нормах и правилах поведения. Знание гигиены одежды.	2	https://infourok.ru	
41-44	«Зиме – физкульт-УРА!» Проект «Спорт, который я люблю»	Знакомство с зимними видами спорта. Формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам. Поиск информации. Создание сообщений, презентаций. Защита проекта.	4	https://infourok.ru	
45-46	Сюжетные игры	Формирование потребности в здоровом образе жизни. Разучивание сюжетных игр «Два мороза».	2	https://infourok.ru	
47-48	Правила безопасного поведения зимой	Правила безопасного поведения зимой	2	https://infourok.ru	
49-50	«Необычный поход»	Знакомство с понятиями «туристы», «туризм». Игра-путешествие.	2	https://infourok.ru	
51-52	Народные игры. Разучивание русских народных игр	Народные игры. Разучивание русских народных игр	2	https://infourok.ru	
53-54	Народные игры.	Формирование потребности в здоровом	2	https://infourok.ru	

	Разучивание украинских народных игр	образе жизни. Разучивание украинских народных игр «Высокий дуб», «Колдун», «Мак», «Перепёлочка»			
57-60	«Весёлые старты» с применением туристического оборудования	Знакомство с туристическим оборудованием, соревнование.	4		
61-64	Игры – эстафеты	Разучивание игр-эстафет: «Большая круговая эстафета».	4	https://infourok.ru	
65-66	Итоговое занятие. Чему мы научились и чего достигли. Итоговая диагностика.	Итоговое занятие. Чему мы научились и чего достигли. Итоговая диагностика	2	https://infourok.ru	
Итого			66		

**Тематическое планирование
2 класс**

№	Тема занятия	Форма проведения занятия	Часы	ЦОР/ЭОР	
1-2	Вводное занятие «Снова в школу»	Знакомство с планом работы занятий. Повторение правил ПДД	2	https://infourok.ru	
3-4	Тайны нашего здоровья	Входная диагностика понимания темы курса.	2	https://infourok.ru	
5-6	«Я здоровье сберегу – сам себе я помогу»	Уточнение понятий «здоровье»	2	https://infourok.ru	
7-8	«Секреты долголетия»	Уточнение понятий «здоровье», «долголетие».	2		
9-10	«Как избежать болезней»	Уточнение понятий «здоровый образ жизни». Изучение приёмов закаливания. Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.	2	https://infourok.ru	
11-17	Исследовательский проект «Игры наших предков»	Поиск информации по темам: «Влияние подвижных игр на здоровье», «В какие игры	7	https://infourok.ru	

		играли наши бабушки и дедушки».			
18-19	«Режим дня – это серьёзно». Значение режима дня в жизни школьника.	Формирование представлений о режиме дня школьника, значении режима для организма.	2	https://infourok.ru	
20-25	Поговорим о правильном питании	Формирование понятий о правильном питании.	6	https://infourok.ru	
26-29	Поговорим о правильном питании. Творческий проект «Всякому овощу своё время»	Поиск информации. Создание сообщений, презентаций. Защита проекта.	4	https://infourok.ru	
30-31	«Путешествие в страну Зубной Щётки»	Формирование представлений о личной гигиене. Поиск информации: «Почему нужно чистить зубы? Выбор зубной щётки. Как правильно чистить зубы».	2	https://infourok.ru	
32-33	Вредные привычки.	Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым".	2	https://infourok.ru	
34-35	«Движение – это жизнь»	Поиск информации по теме «Как зависит здоровье от занятий спортом?»	2	https://infourok.ru	
36-41	Проект «Отдай спорту время, а взамен получи здоровье»	Поиск информации по темам: «Как влияет занятия в спортивных секциях на заболеваемость детей»	6	https://infourok.ru	
42-43	Зимние фантазии	Строительство фигур из снега.	2	https://infourok.ru	
44-45	«Весёлые старты»	Участие в эстафетах в зале с применением инвентаря.	2	https://infourok.ru	
46-49	«Спортивный калейдоскоп»	Знакомство с зимними видами спорта.	4	https://infourok.ru	
50-51	«Зов джунглей»	Тематические эстафеты.	2	https://infourok.ru	
52-53	«Необычный	Игра-путешествие,	2	https://infourok.ru	

	поход»	повторение понятий «туристы», «туризм».			
54-55	«Супермен»	Участие в конкурсе среди мальчиков.	2	https://infourok.ru	
56-57	«Амазонка»	Участие в конкурсе для девочек.	2	https://infourok.ru	
58-59	«Уроки скалолазания»	Экскурсия в ДДТ. Развитие познавательных процессов.	2	https://infourok.ru	
60-63	«Весёлые старты» с применением туристического оборудования.	Знакомство туристическим оборудованием, соревнование.	4	https://infourok.ru	
64-65	Узлы.	Разучивание различных видов узлов. Их применение.	2	https://infourok.ru	
66-67	Игры – эстафеты	Разучивание игр-эстафет	2	https://infourok.ru	
68	Итоговое занятие. Чему мы научились и чего достигли. Итоговая диагностика.	Итоговая диагностика, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника. Обобщение и систематизация по курсу.	1	https://infourok.ru	
Итого			68		

Тематическое планирование 3 класс

№	Тема занятия	Форма проведения занятия	Часы	ЦОР/ЭОР	
1-2	Экскурсия «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья». Правила безопасного поведения на природе.	Экскурсия «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья». Правила безопасного поведения на природе.	2	https://infourok.ru	
3-4	Кросс «Золотая осень»	Кросс «Золотая осень»	2	https://infourok.ru	
5-8	Практические занятия по подготовке к	Повторение понятий «туристы», «туризм».	4	https://infourok.ru	

	туристическом у многоборью.				
9-10	«Тургородок»(туристическое многоборье).	«Тургородок»(туристическое многоборье).	2	https://infourok.ru	
11-12	Лесная аптека.	Лесная аптека.	2	https://infourok.ru	
13-16	Подвижные игры на воздухе. Игры с использованием туристического оборудования.	Подвижные игры на воздухе.	4	https://infourok.ru	
17-18	КВН «Если хочешь быть здоров»	КВН «Если хочешь быть здоров»	2	https://infourok.ru	
19-26	«Секреты здорового питания».	Поиск информации по темам: «Здоровая пища для всей семьи», «Что надо есть, чтобы стать сильнее», «Как питались в стародавние времена и питание нашего времени».	8	https://infourok.ru	
27-31	Индивидуальный исследовательский проект «Витаминная кладовая».	Создание сообщений, презентаций. Защита проекта.	5	https://infourok.ru	
32	Текущий контроль знаний. Научно – практическая конференция.	Текущий контроль знаний. Научно – практическая конференция.	1	https://infourok.ru	
33-38	«Все на лыжи». Эстафеты на лыжах.	«Все на лыжи». Эстафеты на лыжах.	6	https://infourok.ru	
39-42	«Фигурное катание». Экскурсия в «Ледовый дворец»	«Фигурное катание». Экскурсия на озеро	4	https://infourok.ru	
43-44	«Делай с нами, делай как мы, делай лучше нас!»	Катание на санках	2	https://infourok.ru	
45-46	«Значение спорта в жизни	«Значение спорта в жизни маленького человека»	2	https://infourok.ru	

	маленького человека»				
47-48	Зимние забавы.	Зимние забавы.	2	https://infourok.ru	
49-52	Зимние фантазии	Строительство фигур из снега. Гигиена одежды.	4	https://infourok.ru	
53-54	Мой внешний вид – залог здоровья.	Умение заботится о внешнем виде, гигиене одежды.	2	https://infourok.ru	
55-56	Зрение – это сила.	Разучивание тренировочных упражнений для сохранения зрения.	2	https://infourok.ru	
57-58	Осанка – это красиво.	Разучивание тренировочных упражнений для сохранения осанки	2	https://infourok.ru	
59-60	Весёлые переменки.	Весёлые переменки.	2	https://infourok.ru	
61-62	Шалости и травмы.	Шалости и травмы.	2	https://infourok.ru	
63-64	«Вредные привычки в детском возрасте»	Формирование представлений о вреде курения, алкоголизма, наркомании	2	https://infourok.ru	
65-66	«Курение или здоровье - выбирайте сами»	«Курение или здоровье - выбирайте сами»	2	https://infourok.ru	
67-68	Итоговое занятие. Чему мы научились и чего достигли. Итоговая диагностика.	Итоговое занятие. Чему мы научились и чего достигли. Итоговая диагностика.	2	https://infourok.ru	
Итого			68		

Тематическое планирование 4 класс

	Тема занятия	Форма проведения занятия	Часы	ЦОР/ЭОР	
1-2	«Туристическая полоса»	Продолжение знакомства с туристическим оборудованием.	2	https://infourok.ru	
3-4	Лесная аптека на службе человека.	Лесная аптека на службе человека	2	https://infourok.ru	

5-6	Туристический поход	Туристический поход	2	https://infourok.ru	
7-12	Коллективный проект «Развитие туризма в нашем крае».	Поиск информации в книгах и интернете. Отчёт по собранному материалу. Защита проекта.	6	https://infourok.ru	
13-14	Экскурсия «Природа – источник здоровья» Правила безопасного поведения на природе.	Экскурсия «Природа – источник здоровья» Правила безопасного поведения на природе	2	https://infourok.ru	
15-16	Оказание первой медицинской помощи.	Оказание первой медицинской помощи	2	https://infourok.ru	
17-18	«Если хочешь быть здоровым – закаляйся!»	Формирование понимания влияния здоровья на успешную учебную деятельность.	2	https://infourok.ru	
19-20	«Путешествие на остров Неболек»	Выяснение значения физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.	2	https://infourok.ru	
21-22	«Осторожно! Грипп».	Умение использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ	2	https://infourok.ru	
23-24	«Береги платье снову, а здоровье смолоду»	Знание особенности воздействия двигательной активности на организм человека.	2	https://infourok.ru	
25-32	С. Преображенский «Огородники». Коллективный творческий проект: постановка кукольного спектакля	Распределение на группы. Определение цели и задач. Выдвижение гипотезы. Составление плана работы, распределение ролей. Репетиция. Работа над костюмами. Выполнение афиши и пригласительных билетов. Выступление.	8	https://infourok.ru	
33-34	«Спортивная карусель»	Выполнение физических упражнений для развития физических навыков.	2	https://infourok.ru	
35-36	«Как стать Геркулесом?»	Осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и	2	https://infourok.ru	

		выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья.			
37-38	«Мама, папа, я – спортивная семья».	«Мама, папа, я – спортивная семья».	2	https://infourok.ru	
39-40	Спартакиада.	Спартакиада.	2	https://infourok.ru	
41-42	Сюжетные игры.	Участие в лыжных эстафетах, катание на коньках.	2	https://infourok.ru	
43-44	Лыжные эстафеты	Лыжные эстафеты	2	https://infourok.ru	
45-46	Лыжные гонки.	Лыжные гонки.	2	https://infourok.ru	
47-50	Экскурсия на озеро. Катание на коньках.	Экскурсия на озеро. Катание на коньках.	4	https://infourok.ru	
51-52	Спортивный марафон	Осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье	2	https://infourok.ru	
53-58	Исследовательский проект «Слагаемые здоровья».	Исследовательский проект «Слагаемые здоровья».	6	https://infourok.ru	
59-60	«Курение, алкоголизм и наркомания – злейшие враги нашего здоровья»	Написание сочинения на тему «Главное соревнование – борьба с самим собой».	2	https://infourok.ru	
61-64	«Главное соревнование - борьба с самим собой».	«Главное соревнование - борьба с самим собой».	4	https://infourok.ru	
65-66	«Мы хотим расти здоровыми».	Осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье	2	https://infourok.ru	
67-68	Итоговое занятие. Чему мы научились и чего достигли. Итоговая диагностика.	Итоговая диагностика, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника. Обобщение и систематизация по курсу.	2	https://infourok.ru	
Итого			68		

