**Раздел 1. Планируемый результат**

Результатом практической деятельности по программе «Здоровячок» можно считать следующее:

* Высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.
* Среди учащихся начальных классов нет курящих детей.
* Повышается активность учащихся в мероприятиях школы, класса, района.
* Класс взаимодействует с младшими учащимися с целью просвещения и вовлечения в здоровый образ жизни, приглашают их на уроки здоровья, сценические выступления.
* Руководителькружка координирует проектную работу учащихся, направленную сбор и оформление информации по темам укрепления здоровья. Результаты представляем на классных часах и внеклассных мероприятиях начальных классов школы.
* Высокий уровень активности родителей по вопросамсохранения здоровья.
* Намечены преемственные связи в содержании и методах воспитания в начальной школе и первого этапа воспитания в основной школе.
* 90% учащихся класса заняты во внеурочной деятельности дополнительного образования.

***Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник начальной школы.***

**Раздел 2.Содержание программы**

Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры. Рекомендуется регулярно проводить спортивные соревнования и показательные выступления в каждой возрастной группе.

Для полной реализации спортивно-оздоровительного направления внеурочной деятельности учащихся особое внимание требуется уделять и проблеме воспитания культуры здоровья у младших школьников. Внеурочная деятельность может включать в себя выполнение общественной нагрузки, культурный и активный отдых на основе оздоровительных мероприятий. Можно проводить данную работу и в учебные дни с меньшим числом учебных занятий, а также во время выходных дней и в каникулы.

**1. Формы и методы воспитания культуры здоровья младших школьников.**

|  |  |
| --- | --- |
| Методы | Формы |
| Методы формирования сознания. | - Классные часы, их проведение и тематика в соответствии с планом воспитательной работы; - Беседы и диспуты с классом или индивидуально; читательские конференции; - Мини-лекции как самостоятельная работа, продолжительность которых не более 10 – 15 мин.;  |
| Методы организации деятельности и формирования опыта поведения. | - Педагогическое требование к выполнению норм поведения, правил по организации здорового образа жизни в виде просьб, совета, намёков; - Приучение и упражнение, содействующее формированию устойчивых способов поведения, привычек здорового образа жизни; - Регулярное участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях; - Тренинги для изменения негативных внутренних установок обучающихся (в том числе и к наркотизации), формирование опыта позитивного отношения к себе, к окружающим, к миру в целом; - Круглый стол – данную форму можно применить для формирования чётких позиций, оценочных суждений в отношении тех или иных представлений о здоровом образе жизни. |
| Методы стимулирования поведения и деятельности. | - Поощрения в различных вариантах: одобрение, похвала, благодарность, предоставление почётных прав, награждение; - Наказание состоит в лишении или ограничении определённых прав, в выражении морального порицания, осуждения. |
| Метод проектов. | - Исследовательские проекты (организация опроса среди сверстников для изучения вредных привычек в начальной школе); - Творческие проекты – санитарные бюллетени о здоровом образе жизни. |

**Раздел 3. Тематическое планирование**

Календарно - тематическое планирование по данной программе составлялось из расчета 1час в неделю. Время распределено на всевозможные тематические беседы, часы здоровья, подготовку и проведение различных соревнований и внеклассных мероприятий на формирование здорового образа жизни.

При подготовке к внеклассным мероприятиям, часам здоровья и пр. в 3-4классах можно приобщать учащихся к проектной деятельности на разные темы. Это могут быть буклеты, листы здоровья, презентации. Всё зависит от того, какими компьютерными программами будут владеть обучающиеся к тому времени.

Для успешной реализации программы можно использовать Интерет-ресурсы: разработки внеклассных мероприятий, презентации, видеоролики, мультфильмы в режиме on-line и т.п.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **№** | **Форма работы** | **Тема мероприятия** | **Место проведения** |
| II |  | 1 |  Собрание во 2-4 классах.Беседа, экскурсия по школе и прилегающей к ней территории. | Ребёнок пришёл в школу. Составление безопасного маршрута следования от дома до школы.«Поведение в школе», ознакомление с опасными местами в здании школы и вокруг него. | Школа , территория вокруг школы. |
| 2 | Беседа Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе. | « Режим дня » | Кабинет нач. классов,территория вокруг школы |
| 3 | Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма. | «Азбука безопасности на дороге».«Уроки Тётушки Совы. Строение тела человека | Кабинет нач. классов. |
|  | 4 | Подготовка к внеклассному мероприятию  | «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу» | Кабинет нач. классов. |
| 5 | Внеклассное мероприятие | «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу» | Кабинет нач. классов. |
| 6 | Час здоровья.Учимся узнавать действия своего организма. | «Как ты растёшь?» | Кабинет нач. классов. |
| 7 | Беседа Подвижные игры и упражнения со скакалками. | «Осторожно – тонкий лёд!» Инструктаж по ТБ во время каникул. | Кабинет нач. классов.Спортивный зал. |
|  |
| 8 | Беседа Настольные игры.Инструктаж по ТБ | «Учимся не болеть»Шашки, шахматы, настольный теннис. «Осторожно – гололёд!» | Кабинет нач. классов. |
| 9 | Подготовка к внеклассному мероприятию .Подвижные игры на свежем воздухе.Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма. | «Учимся быть пешеходами»«Первые снежки»«Уроки безопасности пешехода». | Кабинет нач. классов.Спортивная площадка. |
| 10 | Внеклассное мероприятие  | «Мы и дорога» | Кабинет нач. классов. |
| 11 | Подготовка к весёлым стартам |  | Спортивный зал. |
| 12 | Спортивные соревнования | Весёлые старты | Спортивный зал. |
| 13 | Инструктаж по ТБЧас здоровья. Учимся узнавать действия своего организма. | «Осторожно – Мороз!»«Я и моё настроение» | Кабинет нач. классов.. |
| 14 | Беседа – игра . обсуждение. Рисование героев, выставка рисунков. | «Страна Болючка» | Кабинет нач. классов. |
| 15 | Подготовка и участие в общешкольных мероприятиях в рамках месячника по военно-патриотическому воспитанию | Готовимся к эстафете на санках. | Спортивная площадкаСпортзал  |
| 16 | Час здоровья. Учимся узнавать действия своего организма. | «Я и мои поступки» | Кабинет нач. классов. |
| 17 | Час здоровья. Учимся узнавать действия своего организма. | «Я и мои чувства» | Кабинет нач. классов. |
| 18 | Участие в общешкольном «Дне Здоровья» | Соревнования саночников в своей возрастной группе. | Спортивная площадка |
| 19 | Час здоровья. Учимся узнавать действия своего организма. | «Я и мои привычки» | Кабинет нач. классов. |
| 20 | Классное собрание  | «Компьютер в семье. Польза и вред.» | Кабинет нач. классов. |
| 21 | Час здоровья. Беседа – игра. | «Мой друг – велосипед» | Кабинет нач. классов. |
| 22 | Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе. | Учимся играть в волейбол. | Волейбольная площадка. |
| 23 | Час здоровья.Игра  | Вежливость и здоровье. | Кабинет нач. классов. |
|  |  | 24 | Игра  | «Витамины рядом с нами». | Кабинет нач. классов |
| 25 | Час здоровья. | «Настроение и здоровье». | Кабинет нач. классов. |
| 26 |  Заочная экскурсия в осенний лес. | «Ядовитые растения и грибы». | Кабинет нач. классов. |
| 27 | Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма. | «Первая помощь утопающему». | Кабинет нач. классов. |
| 28 | Час здоровья.Проектная деятельность. | «Домашний зоопарк». | Кабинет нач. классов. |
| 29 | Час здоровья. Проектная деятельность | «Профилактика гриппа». | Кабинет нач. классов. |
| 30 | Конкурс пословиц, поговорок и загадок о здоровье. Представление проектов. |  | Кабинет нач. классов. |
|  |  | 31 | Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма. | «Уроки доброты». | Кабинет нач. классов. |
|  |  | 32 | Конкурс рисунков. | «Что такое ЗОЖ?» | Кабинет нач. классов. |
|  |  | 33 | Подготовка к спортивным соревнованиям. |  | Кабинет нач. классов. |
|  |  | 34 | Спортивные соревнования | «День Здоровья». | «День Здоровья». |