

РАССМОТРЕНО

на заседании МО №1

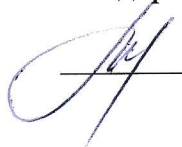
от 31.08.2020

Председатель МО



ПРОВЕРЕНО

Зам.директора по УВР

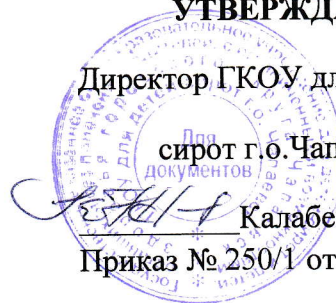


Малафеева Е.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГКОУ для детей-

сирот г.о.Чапаяевск



Калабекова Н.А.

Приказ № 250/1 от 31..08.20

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Здоровячок»

(спортивно-оздоровительное)

1-4 класс

для обучающихся с интеллектуальными нарушениями

(умственной отсталостью)

ФГОС УО, вариант 1

на 2020 – 2021 учебный год

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности:

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

Регулятивные БУД: *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).

Познавательные БУД:

Делать предварительный отбор источников информации: *ориентироваться* в книге (на развороте, в оглавлении, в словаре). Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, 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.

Коммуникативные БУД:

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

Планируемые результаты

В результате освоения программы учащиеся должны уметь:

- соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье;
- составлять режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;

- заботиться о своем здоровье;
- находить выход из ситуаций, связанных с употреблением сигарет;
- применять коммуникативные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;

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 здоровье человека;
- о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основные формы физических занятий и виды физических упражнений;
- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;

По окончании курса обучающиеся должны ***знать***:

- как заботиться о глазах, ухаживать за ушами, кожей, руками и ногами, как следует правильно питаться;
- зачем следить за осанкой, закаляться;
- как сделать свой сон полезным;
- что такое вредные привычки и как их избежать;
- как защитить себя от болезней (гриппа, простуды);
- что такое здоровый образ жизни, почему мы должны следить за своим здоровьем;
- знать некоторые лекарственные растения;
- знать, что такое витамины, для чего они нужны

уметь:

- правильно чистить зубы, умываться;
- оказывать первую помощь при обмороживании, при получении ушибов, ссадин и ран;
- выполнять зарядку для глаз, осанки, рук, ног.

Критерии оценивания планируемых результатов программ внеурочной деятельности

По программам внеурочной деятельности применяется безотметочная система оценивания.

Для промежуточной аттестации используется зачетная система оценивания зачет/незачет.

Сроки реализации программы

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровячок», рассчитана на 4 года. Предназначена для обучающихся 1-4 -х классов, все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение в 1-м классе 1 часа в неделю (33 часа в год);

во 1-м классе(2 год обучения) – 1 час в неделю (33 часа в год)

во 2-м классе - 1 час в неделю (34 часа в год)

в 3-м классе – 1 час в неделю (34 часа в год)

в 4-м классе – 1 час в неделю (34 часа в год)

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1 класс

Введение. Открываем дверь в Страну Здоровья. Беседа

Разновидности спортивного инвентаря и оборудования. Беседа

Подвижные игры «Мы умеем бегать». Игры на свежем воздухе

Режим дня – основа жизни человека. Беседа

Мы здоровьем дорожим, соблюдая свой режим. Спортивно-игровое мероприятие

Чистота – залог здоровья. Игры на свежем воздухе

Что такое осанка? Беседа

Знакомство с доктором. Правильная Осанка. Спортивно-игровое, практикум.

Чистота – залог здоровья. Устный журнал

Откуда берутся грязнули? Игра – путешествие.

Подвижные игры «Мы умеем бегать» Игры на свежем воздухе

Растем здоровыми.(профилактика инфекционных заболеваний)

Беседа, памятка-буклет Подвижные игры «Мы умеем прыгать» Игры со скакалкой.

«Если хочешь быть здоров – закаляйся» Спортивно-игровая, практикум

Личная гигиена. Что это? Беседа, практикум.

Подвижные игры «Мы умеем прыгать» Игры со скакалкой.

Новогодний праздник в спортивном зале.

Игры на снегу

Подвижные игры «Мы умеем прыгать»

Игры со скакалкой.

Мое здоровье.(работа с «Дневником здоровья»)

Практикум

«Ура! У нас каникулы»

Знакомство с доктором Правильное питание Беседа.

Подвижные игры в зимний период.

Жевательные резинки – за и против. Беседа

«Богатырские потешки» Праздник.

Утомление и переутомление. Отдых в процессе учебной деятельности. Практикум.

Почему устают глаза? Очки. Гимнастика для глаз. Беседа, практикум

Народные игры.

Зачем нужно умываться? Как это делать правильно? Беседа, конкурс стихов. Народные игры.

На водоеме летом. Беседа, игры

Здравствуй, лето! Спортивный праздник «Физкульт-ура!» праздник

Итоговая диагностика.

2 класс

1. Почему мы болеем.

Причина болезни. Признаки болезни. Практические занятия

Тест «Твое здоровье». Игра-соревнование «Кто больше?». Практикум «Как помочь больному»

2. Что и как предохраняет нас от болезней?

Как организм помогает себе сам? Что такое здоровый образ жизни.

Режим дня.

Практические занятия

Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?». Составление памятки. Оздоровительная минутка.

3. Кто нас лечит.

Какие врачи нас лечат. Встреча с врачом-педиатром.

Практические занятия

Динамический час. Валеологический самоанализ.

4. Прививки от болезней.

Инфекционные болезни. О прививках.

Практические занятия

Игра-соревнование «Кто больше?». Анализ стихотворения С. Михалкова «Прививка». Игра «Полезно-вредно»

5. Что нужно знать о лекарствах.

Какие лекарства мы выбираем? Домашняя аптечка.

Практические занятия

Игра «Валеологический светофор». Практикум «В аптеке»

6. Как избежать отравлений.

Отравление лекарствами. Пищевые отравления.

Практические занятия

Игра-соревнование «Кто ответит правильно?». Практикум «Помоги себе сам».

Оздоровительная минутка

7. Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом

Признаки пищевого отравления. Отравление ядовитыми веществами.

Отравление угарным газом.

Практические занятия

Игра-соревнование «Кто ответит правильно?» Практическая работа: измерение частоты пульса.

8. Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.

Опасность в нашем доме. Как вести себя на улице.

Практические занятия

Игра «Валеологический светофор». Практикум «Пешеходный переход». Игра «Да и нет».

9. Правила безопасного поведения на воде.

Вода – наш друг. Правила купания в открытой воде.

Практические занятия

Динамический час. Викторина «Водоемы нашей местности»

10. Правила обращения с огнем.

Чтобы огонь не причинил вреда. Правила поведения при пожаре.

Практические занятия

Практическая работа «Эвакуация при пожаре в школе». Командная игра «Пожарная каска»

11. Как уберечься от поражения электрическим током.

Чем опасен электрический ток? Правила обращения с бытовыми

электроприборами.

Практические занятия

Первая помощь пострадавшему. Игра «Валеологический светофор»

12. Травма.

Как уберечься от порезов, ушибов, ссадин. Как оказать первую помощь.

Практические занятия

Практикум по теме. Динамический час.

13. Предосторожности при общении с животными.

Что мы знаем о собаках и кошках? Первая помощь при укусах кошек и собак.

Правила обращения с животными.

Практические занятия

Анкетирование «Четвероногий друг». Практикум «Помоги себе сам»

14. Если укусила змея.

Укус змеи и первая помощь.

Практические занятия

Игра «Самый внимательный»

15. Безопасность при любой погоде.

Если солнечно и жарко. Если на улице дождь и гроза.

Практические занятия

Игра «Полезно - вредно». Динамический час.

16. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении.

Как помочь себе при тепловом ударе. Если ты обжегся или обморозился.

Практические занятия

Игра «Валеологический светофор». Практикум «Помоги себе сам»

17. Первая помощь при травмах.

Растяжение связок и вывих костей. Переломы. Если ты ушибся или порезался.

Практические занятия

Наложение холодного компресса. Наложение шины. Бинтование раны.

18. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.

Если в глаз, ухо или нос попал посторонний предмет.

Практические занятия

Практикум по теме. Оздоровительная минутка.

19. Современные заботы медицины.

Неизлечимые болезни века. Как вырасти здоровым.

Практические занятия

Динамический час. Тест «Оцени себя сам»

20. Итоговое занятие

Анкетирование «Кто мы есть?»

Игра «Валеологический светофор»

3 класс

1. Чего не надо бояться.

Как воспитывать уверенность и бесстрашие. Чего мы боимся.

Практические занятия

Анализ стихотворения Э. Успенского «Академик Иванов».

Практическое занятие: «Нарисуй свой страх»

2. Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.

Беседа с активным слушанием «Спеши делать добро».

Практические занятия

Игра «Почему это произошло?». Лексическая работа с пословицами о добре и зле.

Иллюстрирование пословиц.

3. Почему мы говорим неправду.

Поможет ли нам обман? «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.

Практические занятия

Практическая работа со словарем С.И. Ожегова, Н.Ю. Шведова. Анализ ситуации (рассказ Л. Толстого «Косточка»). Оздоровительная минутка.

4. Почему мы не слушаемся родителей.

Надо ли прислушиваться к советам родителей.

Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.

Практические занятия

Встреча с психологом. Анализ рассказа М. Горького «Воробышко». Игра «Пожелания себе»

5. Надо уметь сдерживать себя.

Твои желания. Как воспитать в себе сдержанность.

Практические занятия

Интерпретация пословиц и крылатых выражений. Чтение по ролям стихотворения А. Барто «Девочка-ревушка». Динамический час. Практикум по теме ««Не хочу» и «Нужно»

6. Не грызи ногти, не ковыряй в носу.

Как отучить себя от вредных привычек.

Практические занятия

Игра «Давай поговорим». Игра «Доскажи словечко». Командная игра

«Придумай загадку»

7. Как относиться к подаркам?

Как принимать подарки. Как дарить подарки.

Практические занятия

Игра «Закончи предложение». Анализ и разыгрывание ситуаций по теме.

Игра «Выбери ответ»

8. Как следует относиться к наказаниям

Наказание – как средство воспитания.

Практические занятия

Анализ ситуации (Стихотворение Э. Мошковской «В обиде»)

Динамический час.

9. Как нужно одеваться

Твоя одежда.

Практические занятия

Игры «Кто больше», «Правильный ответ», «Закончи фразу».

Оздоровительная минутка.

10. Как вести себя с незнакомыми людьми.

Правила поведения с незнакомыми людьми. Азбука личной безопасности.

Практические занятия

Практикум по теме (проигрывание ситуаций). Викторина «Герои сказок»

11. Как вести себя, если что-то болит.

Что такое боль.

Практические занятия

Кроссворд по теме. Игра «Закончи фразу»

12. Как вести себя за столом.

Сервировка стола. Правила поведения за столом.

Практические занятия

Практическая работа: сервировка стола. Кроссворд «Аппетит».

Практикум по теме «Обед».

13. Как вести себя в гостях.

Ты идешь в гости. «Вредные советы» Г. Остера.

Практические занятия

Игры «Закончи предложение», «Гости на пороге». Динамический час.

14. Как вести себя в общественных местах.

Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, кино, школе.

Практические занятия

Игра «Выбери правильный ответ». Практикум «Мы - пассажиры»

15. «Нехорошие слова». Недобрые шутки.

Умеем ли мы вежливо общаться и разговаривать по телефону?

Практические занятия

Игры «Комплимент», «Телефон». Динамический час.

16. Что делать, если не хочется в школу?

Беседа с активным слушанием «Помоги себе сам».

Практические занятия

Игра «Закончи предложение». Конкурс рисунков на асфальте «Школа моей мечты».

17. Чем заняться после школы.

Как организовать свой досуг.

Практические занятия

Стихотворный монтаж. «О свободном времени». Игра «Давай поговорим».

Динамический час.

18. Как выбирать друзей.

Беседы с активным слушанием «Что такое настоящая дружба?», «Как выбирать друзей»

Практические занятия

Игры «Хочу быть...», «Продолжи предложение», «Любит – не любит».

Оздоровительная минутка «Солнышко».

19. Как помочь родителям.

Как доставить родителям радость.

Практические занятия

Игры «Если бы я был взрослым...», «Комплимент»

20. Как помочь больным и беспомощным?

Если кому-то нужна твоя помощь. Спешите делать добро.

Практические занятия

Анализ стихотворения Е.Благининой «Наш дедушка». Ролевая игра «Правило доброты».

Лексическая работа с пословицами и поговорками о добре.

21. Итоговое занятие.

Беседа по изученным темам (обобщение знаний)

Практические занятия

Урок-соревнование «Культура здорового образа жизни».

Огонек «Путешествие в Страну Здоровья»

4 класс

1. Наше здоровье.

Что такое здоровье? Что такое эмоции? Чувства и поступки. Стресс.

Практические занятия

Измерение частоты пульса. Игры «Давай поговорим», «Продолжи предложение», «Твое имя», «Кто больше». Оздоровительная минутка.

2. Как помочь сохранить себе здоровье.

Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать.

Практические занятия

Тренинг безопасного поведения. Игры «Почему это произошло?», «Назови возможные последствия событий». Динамический час.

3. Что зависит от моего решения.

Я принимаю решение. Я отвечаю за свое решение.

Практические занятия

Упражнение «Зеркало». Анализ стихотворения «Что красивей всего?» Б.Заходера.

Игры «Что я знаю о себе», «Теплые ладони», «Давай поговорим».

4. Злой волшебник табак.

Что мы знаем о курении.

Практические занятия

С.Михалков. «Как Медведь трубку нашел» (Инсценировка).

Игры «Волшебный стул», «Да и Нет». Динамический час.

5. Почему некоторые привычки называются вредными.

Зависимость. Умей сказать НЕТ. Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ? Я выбираю спорт!

Практические занятия

«Я умею выбирать» (тренинг безопасного поведения). Игры «Давай поговорим», «Что? Зачем? Как?», «Зеркало и обезьяна», «Продолжи предложение». Упражнение «Дерево».

6. Помоги себе сам.

Беседа «Волевое поведение».

Практические занятия

Игры «Сокровища сердца», «Дерево решений». Динамический час.

7. Злой волшебник алкоголь.

Алкоголь – ошибка. Сделай свой выбор.

Практические занятия

Анализ басни С.Михалкова «Непьющий воробей». Игры «Выбери ответ», «Список проблем»

8. Злой волшебник наркотик.

Беседа «Наркотик – смерть».

Практические занятия

Мой выбор (тренинг безопасного поведения). Игры «Пирамида», «Дерево решений».

Просмотр видеофильма об алкоголизме и наркомании.

9. Мы одна семья.

Мальчишки и девчонки. Моя семья.

Практические занятия

Игры «Противоположность», «Давай поговорим». Выставка рисунков «Наш класс», «Моя семья». Праздник «Мама, папа, я - спортивная семья».

10. Нестандартные уроки и уроки праздники.

11. Итоговые занятия

Умеем ли мы правильно питаться? Чистота и здоровье.

Первая помощь при повреждениях кожи. Как нужно одеваться. Этикет.

Поведение в школе. О вредных привычках. Дружба. Семья.

Практические занятия

«Откуда берутся грязнули?» (игра-путешествие). «День здоровья».

Урок-КВН «Наше здоровье».

Тематическое планирование
1 класс

№ занятия	Дата занятия	Количество часов	Тема
1		1	Введение. Открываем дверь в Страну Здоровья.
2		1	Разновидности спортивного инвентаря и оборудования
3		1	Подвижные игры «Мы умеем бегать»
4		1	Режим дня – основа жизни человека.
5		1	Мы здоровьем дорожим, соблюдая свой режим.
6		1	Чистота – залог здоровья.
7		1	Что такое осанка?
8		1	Чистота – залог здоровья.
9		1	Откуда берутся грязнули?
10		1	Подвижные игры «Мы умеем бегать»
11		1	«Руки – это лицо человека».
12		1	Растем здоровыми.(профилактика инфекционных заболеваний)
13		1	Подвижные игры «Мы умеем прыгать»
14		1	Личная гигиена. Что это?
15		1	Подвижные игры «Мы умеем прыгать»
16		1	Новогодний праздник в спортивном зале.
17		1	Подвижные игры «Мы умеем прыгать»
18		1	«Ура! У нас каникулы»
19		1	Режим питания. Здоровая пища.
20		1	Знакомство с доктором Правильное питание
21-22		2	Подвижные игры в зимний период.
23		1	Жевательные резинки – за и против.
24-25		2	Подвижные игры.
26		1	«Богатырские потешки»
27-28		2	Подвижные игры.
29		1	Почему устают глаза? Очки. Гимнастика для глаз.
30		1	Народные игры.
31		1	Зачем нужно умываться? Как это делать правильно?
32		1	На водоеме летом.
33		1	Итоговая диагностика.

**Тематическое планирование
1 класс (2 год обучения)**

№ занятия	Дата занятия	Количество часов	Тема
1		1	Введение. Открываем дверь в Страну Здоровья.
2		1	Разновидности спортивного инвентаря и оборудования
3		1	Подвижные игры «Мы умеем бегать»
4		1	Режим дня – основа жизни человека.
5		1	Мы здоровьем дорожим, соблюдая свой режим.
6		1	Чистота – залог здоровья.
7		1	Что такое осанка?
8		1	Чистота – залог здоровья.
9		1	Откуда берутся грязнули?
10		1	Подвижные игры «Мы умеем бегать»
11		1	«Руки – это лицо человека».
12		1	Растем здоровыми.(профилактика инфекционных заболеваний)
13		1	Подвижные игры «Мы умеем прыгать»
14		1	Личная гигиена. Что это?
15		1	Подвижные игры «Мы умеем прыгать»
16		1	Новогодний праздник в спортивном зале.
17		1	Подвижные игры «Мы умеем прыгать»
18		1	«Ура! У нас каникулы»
19		1	Режим питания. Здоровая пища.
20		1	Знакомство с доктором Правильное питание
21-22		2	Подвижные игры в зимний период.
23		1	Жевательные резинки – за и против.
24-25		2	Подвижные игры.
26		1	«Богатырские потешки»
27-28		2	Подвижные игры.
29		1	Почему устают глаза? Очки. Гимнастика для глаз.
30		1	Народные игры.
31		1	Зачем нужно умываться? Как это делать правильно?
32		1	На водоеме летом.
33		1	Итоговая диагностика.

**Тематическое планирование
2 класс**

№ п/п	Дата	Количество часов	Тема занятия
1		1	Причина болезни
2		1	Признаки болезни.
3		1	Как здоровье?
4		1	Как организм помогает себе.
5		1	Здоровый образ жизни..
6		1	Какие врачи нас лечат.
7		1	Инфекционные болезни.
8		1	Прививки от болезней.
9		1	Какие лекарства мы выбираем.
10		1	Домашняя аптечка.
11		1	Отравление лекарствами.
12		1	Пищевые отравления.
13		1	Если солнечно и жарко.
14		1	Если на улице дождь и гроза.
15		1	Опасность в нашем доме.
16		1	Как вести себя на улице.
17		1	Вода – наш друг.
18		1	Как уберечься от мороза.
19		1	Чтобы огонь не причинил вреда.
20		1	Чем опасен электрический ток.
21		1	Травмы.
22		1	Укусы насекомых.
23		1	Что мы знаем про кошек и собак.
24		1	Отравление ядовитыми веществами.
25		1	Отравление угарным газом.
26		1	Как помочь себе при тепловом ударе.
27		1	Растяжение связок и вывих костей.
28		1	Переломы.
29		1	Если ты ушибся или порезался.
30		1	Если в глаз, ухо или горло попало постороннее тело.
31		1	Укусы змей.
32		1	Расти здоровым.
33		1	Воспитай себя.
34		1	Я выбираю движение. Обобщающий урок.

Тематическое планирование
3 класс

№ п/п	Дата	Количество часов	Тема занятия
1		1	Чего не надо бояться.
2		1	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.
3		1	Почему мы говорим неправду.
4		1	Почему мы не слушаемся родителей.
5-6		2	Надо уметь сдерживать себя.
7-8		2	Не грызи ногти, не ковырай в носу.
9-10		2	Как относиться к подаркам?
11		1	Как следует относиться к наказаниям
12-13		2	Как нужно одеваться
14		1	Как вести себя с незнакомыми людьми.
15-16		2	Как вести себя, если что-то болит.
17-18		2	Как вести себя за столом.
19-20		2	Как вести себя в гостях.
21		1	Как вести себя в общественных местах.
22-23		2	«Нехорошие слова». Недобрые шутки.
24-25		2	Что делать, если не хочется в школу?
26-27		2	Чем заняться после школы.
22-29		2	Как выбирать друзей.
30-31		2	Как помочь родителям.
32-33		2	Как помочь больным и беспомощным?
34		1	Итоговое занятие.

Тематическое планирование
4 класс

№ занятия	Дата занятия	Количество часов	Тема
1		1	«Наше здоровье» Что такое здоровье?
2		1	Что такое эмоции?
3		1	Чувства и поступки.
4		1	Стресс.
5		1	«Как помочь сохранить себе здоровье» Учимся думать и действовать.
6		1	Учимся находить причину и последствия событий.
7		1	Умей выбирать.
8		1	«Что зависит от моего решения?» Принимаю решение.
9		1	Я отвечаю за своё решение.
10		1	«Злой волшебник табак» Что мы знаем о курении.
11		1	«Почему некоторые привычки называются вредными» Зависимость.
12		1	Умей сказать «Нет!»
13		1	Как сказать «Нет!»
14		1	Почему вредной привычке ты скажешь «Нет!»
15		1	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.
16		1	«Помоги себе сам» Волевое поведение.
17		1	«Злой волшебник алкоголь» Алкоголь.
18		1	Алкоголь – ошибка.
19		1	Алкоголь – сделай выбор.
20		1	«Злой волшебник наркотик» Наркотик.
21		2	Наркотик – тренинг безопасного поведения.
22		1	«Мы одна семья» Мальчишки и девчонки.
23		2	Моя семья.
24		1	«Повторение» Дружба.
25		2	День здоровья.
26		1	Умеем ли мы правильно питаться?
27		1	Я выбираю кашу.
28		1	Чистота и здоровье.
29		1	Откуда берутся грязнули?
30		1	Чистота и порядок.
31		1	Будем делать хорошо и не будем плохо.
32		1	КВН «Наше здоровье»
33		1	«Я здоровье берегу – сам себе я помогу»
34		1	Будьте здоровы.

