Краснодарский край, город Сочи
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 2

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от 30.08.2021 протокол №1
Директор _____ /Н.В. Шепилова/
(подпись руководителя ОО)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 04A2FFDC1AEE95D45A5ABE1F0B6D7136C96B68D9
Владелец: Шепилова Наталья Владиславовна
Действителен: с 22.09.2021 до 22.12.2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Здоровейка»

Уровень образования (класс): начальное общее образование, 1 – 4 класс

Количество часов: всего – 135 часа, в неделю – 1 час
(1 класс – 33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа)

Направление: спортивно-оздоровительное направление реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС.

Составитель программы: Никитенко Наталья Ивановна, учитель начальных классов.

Срок реализации программы: 4 года

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (ФГОС НОО) на основе основной образовательной программы основного общего образования (ООП НОО) средней общеобразовательной школы № 2

1.Результаты освоения обучающимися программы «Здоровейка»

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.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» 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,*** при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

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

1. ***Регулятивные УУД:***

- ***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).

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).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

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 (в приложении представлены варианты проведения уроков).

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися 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.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях. В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» **обучающиеся должны знать**:

1. основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
2. особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
3. особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
4. основы рационального питания;
5. правила оказания первой помощи;
6. способы сохранения и укрепление здоровья;
7. основы развития познавательной сферы;
8. свои права и права других людей;
9. соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
10. влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
11. значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
12. знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

обучающиеся должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;
- определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру.

2. Содержание программы

Раздел 1 Введение «Вот мы и в школе» (16 ч)

Определение понятия «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы, укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма.

1 класс (4 часа)

Тема 1. Дорога к доброму здоровью.
Тема 2. Здоровье в порядке - спасибо зарядке.
Тема 3. В гостях у Мойдодыра. Кукольный спектакль. К. Чуковский «Мойдодыр».
Тема 4. Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр» (текущий контроль-праздник**).**

2 класс (4 часа)

Тема 1. Что мы знаем о ЗОЖ.
Тема 2. По стране «Здоровейка».
Тема 3. В гостях у Мойдодыра.
Тема 4. Я хозяин своего здоровья (текущий контроль - КВН).

3класс (4 часа)

Тема 1. «Здоровый образ жизни, что это?»
Тема 2. Личная гигиена.
Тема 3. В гостях у Мойдодыра.
Тема 4. «Остров здоровья» (текущий контроль знаний - игра).

4 класс (4 часа)

Тема *1*. «Здоровье и здоровый образ жизни».
Тема 2. Правила личной гигиены.
Тема 3. Физическая активность и здоровье.
Тема 4. Как познать себя (текущий контроль знаний – за круглым столом).

Раздел 2. Питание и здоровье (20ч.)

Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Знания об основных витаминах в продуктах питании; о необходимости разнообразно питаться; о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах, о пользе прогулок после еды, о режиме питания, о режиме употребления жидкости, о целебных источниках и минеральной воде.

1 класс (5 часов)

Тема 1. Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники»
Тема 2. Культура питания. Приглашаем к чаю
Тема 3. Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)
Тема 4. Как и чем мы питаемся.
Тема 5. Красный, жёлтый, зелёный (текущий контроль знаний - викторина)

2 класс (5 часов)

Тема 1. Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.
Тема 2. Культура питания. Этикет.
Тема 3. Спектакль «Я выбираю кашу».
Тема 4. «Что даёт нам море»?
Тема 5. Светофор здорового питания (текущий контроль знаний - викторина).

3 класс (5 часов)
Тема 1. Игра «Смак».
Тема 2. Правильное питание – залог физического и психологического здоровья.
Тема 3. Вредные микробы.
Тема 4. Что такое здоровая пища и как её приготовить.
Тема 5. «Чудесный сундучок» (текущий контроль знаний – КВН).

4 класс (5 часов)
Тема 1. Питание необходимое условие для жизни человека.
Тема 2. Здоровая пища для всей семьи.
Тема 3. Как питались в стародавние времена, и питание нашего времени.
Тема 4. Секреты здорового питания. Рацион питания.
Тема 5. «Богатырская силушка» (текущий контроль знаний – КВН).

Раздел 3. Моё здоровье в моих руках (28ч)

Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата, направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений.

1 класс (7 часов)
Тема 1. Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.
Тема 2. Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.
Тема 3. Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк».
Тема 4. Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек».
Тема 5. Как обезопасить свою жизнь.
Тема 6. День здоровья «Мы болезнь победим, быть здоровыми хотим».
Тема 7. В здоровом теле здоровый дух (текущий контроль знаний - викторина).

2 класс (7 часов)
Тема 1. Сон и его значение для здоровья человека
Тема 2. Закаливание в домашних условиях
Тема 3. День здоровья «Будьте здоровы»
Тема 4. Иммунитет
Тема 5. Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.
Тема 6. Спорт в жизни ребёнка.
Тема 7.Слагаемые здоровья (текущий контроль знаний - за круглым столом).

3 класс (7 часов)
Тема 1. Труд и здоровье.
Тема 2. Наш мозг и его волшебные действия.
Тема 3. День здоровья «Хочу остаться здоровым».
Тема 4. Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.
Тема 5. Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.
Тема 6. Экскурсия «Природа – источник здоровья».
Тема 7. «Моё здоровье в моих руках» (текущий контроль знаний - викторина).

4 класс (7 часов)
Тема 1. Домашняя аптечка.
Тема 2. «Мы, за здоровый образ жизни».
Тема 3. Марафон «Сколько стоит твоё здоровье».
Тема 4. «Береги зрение смолоду».
Тема 5. Как избежать искривления позвоночника.
Тема 6. Отдых для здоровья.

Тема 7. Умеем ли мы отвечать за своё здоровье (текущий контроль знаний - викторина).

Раздел 4. Я в школе и дома (24 ч.)

Социально одобряемые нормы и правила поведения, обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона, направлено на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам.

1 класс (6 часов)
Тема 1. Мой внешний вид – залог здоровья.
Тема 2. Зрение – это сила.
Тема 3. Осанка – это красиво.
Тема 4. Весёлые переменки.
Тема 5. Здоровье и домашние задания.
Тема 6. Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим (текущий контроль знаний).

2 класс (6 часов)
Тема 1. Я и мои одноклассники.
Тема 2. *Почему устают глаза?*
Тема 3. Гигиена позвоночника. Сколиоз.
Тема 4. Шалости и травмы.
Тема 5. «Я сажусь за уроки». Переутомление и утомление.
Тема 6. Умники и умницы (текущий контроль знаний).

3 класс (6 часов)
Тема 1. Мой внешний вид – залог здоровья.
Тема 2. «Доброречие».
Тема 3. Спектакль С. Преображенский «Каприза».
Тема 4. «Бесценный дар - зрение».
Тема 5. Гигиена правильной осанки.
Тема 6. «Спасатели, вперёд!» (текущий контроль знаний).

4 класс (6 часов)
Тема 1. «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим».
Тема 2. «Класс не улица ребята! И запомнить это надо!»
Тема 3. Кукольный спектакль «Спеши делать добро».
Тема 4. Что такое дружба? Как дружить в школе?
Тема 5. Мода и школьные будни.
Тема 6. Делу время, потехе час (текущий контроль знаний - игра викторина).

Раздел 5. Чтоб забыть про докторов (16ч)

Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым".

1 класс (4 часа)
Тема 1. Хочу остаться здоровым.
Тема 2. Вкусные и полезные вкусности.
Тема 3. День здоровья «Как хорошо здоровым быть».
Тема 4. «Как сохранять и укреплять свое здоровье» (текущий контроль знаний - круглый стол).

2 класс (4 часа)
Тема 1. С. Преображенский «Огородники»

Тема 2. Как защитить себя от болезней (выставка рисунков).
Тема 3. День здоровья «Самый здоровый класс»
Тема 4. «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности (текущий контроль знаний - конкурс «Разговор о правильном питании»).

3 класс (4 часа)
Тема 1 Шарль Перро «Красная шапочка».
Тема 2. Движение это, жизнь.
Тема 3. День здоровья «Дальше, быстрее, выше».
Тема 4. «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности (текущий контроль знаний - конкурс «Разговор о правильном питании»).

4 класс (4 часа)
Тема 1. Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься.
Тема 2. День здоровья «За здоровый образ жизни».
Тема 3. Кукольный спектакль. Преображенский «Огородники».
Тема 4. «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности (текущий контроль знаний - конкурс «Разговор о правильном питании»).

Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение (15 ч.)

Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; моё настроение, ориентировано на формирование позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию.

1 класс (3 часа)
Тема 1. Моё настроение. Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение».
Тема 2. Вредные и полезные привычки.
Тема 3. Я б в спасатели пошел" (текущий контроль знаний - ролевая игра).

2 класс (4 часа)
Тема 1. Мир эмоций и чувств.
Тема 2. Вредные привычки.
Тема 3. «Веснянка».
Тема 4. В мире интересного. (текущий контроль знаний - научно – практическая конференция).

3 класс (4 часа)
Тема 1. Мир моих увлечений.
Тема 2. Вредные привычки и их профилактика.
Тема 3. Добро лучше, чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке».
Тема 4. В мире интересного. (текущий контроль знаний - научно – практическая конференция).

4 класс (4 часа)
Тема 1. Размышление о жизненном опыте.
Тема 2. Вредные привычки и их профилактика.
Тема 3. Школа и моё настроение.
Тема 4. В мире интересного. (текущий контроль знаний - итоговая диагностика)

Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей» (16ч)

Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

1 класс (4 часа)
Тема 1. Опасности летом (просмотр видео фильма).
Тема 2. Первая доврачебная помощь.

Тема 3. Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка».
Тема 4. Чему мы научились за год (итоговый контроль знаний - диагностика).

2 класс (4 часа)
Тема 1. Я и опасность.
Тема 2. Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы».
Тема 3. Первая помощь при отравлении.
Тема 4. Наши успехи и достижения (итоговый контроль знаний - диагностика).

3 класс (4часа)
Тема 1. Я и опасность.
Тема 2. Лесная аптека на службе человека.
Тема 3. Игра «Не зная броду, не суйся в воду».
Тема .4 Чему мы научились и чего достигли (итоговый контроль знаний - диагностика).

4 класс (4часа)
Тема 1. Я и опасность.
Тема 2. Игра «Мой горизонт».
Тема 3. Гордо реет флаг здоровья.
Тема 4. «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни» (итоговый контроль знаний – диагностика).
Составление книги здоровья.

3.Тематическое планирование
1 год обучения

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего час.	В том числе			Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных действий)	Основные направления воспитательной деятельности с учётом модуля «Школьный урок» рабочей программы воспитания
			лекции	выездные занятия, деловые игры	практи-ческие занятия		
I	***Введение «Вот мы и в школе».***	4	1	1	2	Формирование привычки к здоровому образу жизни. Проявление заинтересованности в сохранении и укреплении собственного здоровья. Понимание побудительной роли мотивов в деятельности человека, места ценностей в мотивационной структуре личности, их значения в жизни человека.	- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности; - побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации - праздник
1.1	Дорога к доброму здоровью.	1			1		
1.2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке.	1			1		
1.3	В гостях у Мойдодыра. Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр».	1	1				
1.4	Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр».	1		1			

							- спектакль
II	***Питание и здоровье***	5	3		2		
2.1	Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники».	1	1			Оценка культуры питания в собственной семье. Формирование привычки правильного здорового питания Анализ зависимости здоровья человека от культуры питания, на примере знакомых сказочных персонажей.	- Применение на уроке интерактивных форм работы учащихся; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими учащимися; - включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - викторина - конкурс рисунков
2.2	Культура питания. Приглашаем к чаю.	1			1		
2.3	Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться).	1	1				
2.4	Как и чем мы питаемся.		1				
2.5	Красный, жёлтый, зелёный	1			1		
III	***Моё здоровье в моих руках***	7	3		4		
3.1	Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим	1	1			Формирование умения сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата). Разработка и изготовление собственных памяток по сохранению и укреплению здоровья всех членов своей семьи. Формирование привычки к здоровому образу жизни.	- организация наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи; - инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов; - экскурсия - день здоровья
3.2	Полезные и вредные продукты.	1	1				
3.3	Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк»	1	1				
3.4	Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	1			1		
3.5	Как обезопасить свою жизнь	1			1		
3.6	День здоровья «Мы болезнь победим быть, здоровыми хотим».	1			1		
3.7	В здоровом теле здоровый дух.	1			1		
IV	***Я в школе и дома***	6	3		3		
4.1	Мой внешний вид – залог	1	1			Формирование умения	- привлечение внимания школьников к

	здоровья.					сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата) в вопросах сохранения и укрепления собственного здоровья. Изучение правил и норм поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья.	ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; - использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе; - игра викторина - конференция
4.2	Зрение – это сила.	1	1				
4.3	Осанка – это красиво.	1			1		
4.4	Весёлые переменки.	1			1		
4.5	Здоровье и домашние задания.	1	1				
4.6	Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим.	1			1		
V	***Чтоб забыть про докторов***	4	1		3		
5.1	“Хочу остаться здоровым”.	1	1			Приобретение социальных знаний. Получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества. Получение опыта самостоятельного общественного действия Развитие собственной творческой самостоятельности.	- организация наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи; - инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов; - круглый стол - день здоровья
5.2	Вкусные и полезные вкусности.	1			1		
5.3	День здоровья «Как хорошо здоровым быть».	1			1		
5.4	«Как сохранять и укреплять свое здоровье».	1			1		
VI	***Я и моё ближайшее окружение***	3	2		1		
6.1	Моё настроение.	1	1			Получение опыта	- установление

	Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение».					переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества. Приобретение социальных знаний Формирование привычки к здоровому образу жизни.	доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности; - включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - выставка рисунков - ролевая игра
6.2	Вредные и полезные привычки.	1	1				
6.3	“Я б в спасатели пошел”.	1			1		
VII	***«Вот и стали мы на год взрослей»***	4	2		2		
7.1	Опасности летом (просмотр видео фильма).	1	1			Формирование умения сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата) Приобретение социальных знаний Анализ результатов собственной деятельности по сохранению и укреплению здоровья.	- организация наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи; - инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов; - диагностика - кукольный театр
7.2	Первая доврачебная помощь.	1			1		
7.3	Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка».	1	1				
7.4	Чему мы научились за год.	1			1		
	Итого:	**33**	**15**	**1**	**17**		

2 год обучения

			В том числе	Основные виды	Основные

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	лекции	выездные занятия, деловые игры	практи-ческие занятия	деятельности обучающихся (на уровне универсальных действий)	направления воспитательной деятельности с учётом модуля «Школьный урок» рабочей программы воспитания
I	***Введение «Вот мы и в школе».***	4	1		2		
1.1	Что мы знаем о ЗОЖ.	1			1	Получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества Приобретение и обобщение социальных знаний Получение опыта самостоятельного общественного действия Формирование привычки к здоровому образу жизни.	- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности; - включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - КВН - конкурс плакатов
1.2	По стране Здоровейке.	1			1		
1.3	В гостях у Мойдодыра.	1	1				
1.4	Я хозяин своего здоровья.	1			1		
II	***Питание и здоровье***	5	3		2		
2.1	Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.	1	1			Составление собственного меню здорового пинания на неделю. Разработка собственного рецепта «вкусной и полезной каши» Оценка культуры питания в собственной семье. Формирование привычки правильного здорового питания Анализ зависимости здоровья человека от культуры	- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе; -побуждение школьников соблюдать
2.2	Культура питания. Этикет.	1			1		
2.3	Спектакль «Я выбираю кашу».	1	1				
2.4	«Что даёт нам море».		1				
2.5	Светофор здорового питания.	1			1		

						питания.	на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации - спектакль - викторина
III	***Моё здоровье в моих руках***	7	4		3		
3.1	Сон и его значение для здоровья человека.	1	1			Составление режима дня школьника, включающего минутки активного отдыха, как одного из необходимых условий сохранения собственного здоровья. Формирование умения сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата) Разработка и изготовление собственных памяток по сохранению и укреплению здоровья всех членов своей семьи. Формирование привычки к здоровому образу жизни.	-включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; -привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; - круглый стол - спортивное мероприятие
3.2	Закаливание в домашних условиях.	1	1				
3.3	День здоровья «Будьте здоровы».	1	1				
3.4	Иммунитет.	1			1		
3.5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1			1		
3.6	Спорт в жизни ребёнка.	1	1				
3.7	Слагаемые здоровья.	1			1		
IV	***Я в школе и дома***	6	3		3		
4.1	Я и мои одноклассники.	1	1			Формирование умения сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата) в вопросах сохранения и укрепления собственного	- организация наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи; - применение на уроке интерактивных форм работы учащихся; групповой работы или
4.2	Почему устают глаза?	1	1				
4.3	Гигиена позвоночника. Сколиоз.	1			1		
4.4	Шалости и травмы.	1			1		
4.5	«Я сажусь за уроки». Переутомление и утомление.	1	1				

4.6	Умники и умницы	1			1	здоровья. Изучение правил и норм поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья. Разработка рекомендаций для одноклассников по снижению переутомления при подготовке домашних заданий.	работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими учащимися; - КВН - выпуск газеты
V	***Чтоб забыть про докторов***	4	1		3		
5.1	С. Преображенский «Огородники».	1	1			Приобретение социальных знаний. Получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества. Получение опыта самостоятельного общественного действия Развитие собственной творческой самостоятельности.	- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; - побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации - круглый стол - конкурс
5.2	Как защитить себя от болезни. (Выставка рисунков)	1			1		
5.3	День здоровья «Самый здоровый класс».	1			1		
5.4	«Разговор о правильном питании». Вкусные и полезные вкусности.	1			1		
VI	***Я и моё ближайшее окружение***	4	2		2		
6.1	Мир эмоций и чувств.	1	1			Формирование привычки к здоровому образу жизни Анализ собственного поведения в вопросе сохранения и укрепления здоровья Разработка правил поведения, способствующих конструктивному общению.	- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов; - использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям
6.2	Вредные привычки.	1	1				
6.3	«Веснянка».	1			1		
6.4	В мире интересного.	1			1		

							примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе; - Научно - практическая конференция - конкурс рисунков
VII	***«Вот и стали мы на год взрослей»***	4	2		2		
7.1	Я и опасность.	1	1			Научно-практическая конференция по вопросам сохранения и укрепления здоровья. Анализ собственного поведения в вопросе сохранения и укрепления здоровья КТД «Наши успехи и достижения».	- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; - использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе - выпуск листовок - игра - эстафета
7.2	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы».	1			1		
7.3	Первая помощь при отравлении.	1	1				
7.4	Наши успехи и достижения.	1			1		
	Итого:	**34**	**16**		**18**		

3 год обучения

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего час.	В том числе			Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных действий)	Основные направления воспитательной деятельности с учётом модуля «Школьный урок» рабочей программы воспитания
			лекции	выездные занятия, деловые игры	практические занятия		
I	***Введение «Вот мы и в школе».***	4	1		2		
1.1	«Здоровый образ жизни, что это?».	1			1	Формирование привычки к здоровому образу жизни. Проявление заинтересованности в сохранении и укреплении собственного здоровья. Понимание побудительной роли мотивов в деятельности человека, места ценностей в мотивационной структуре личности, их значения в жизни человека. Круглый стол «Готов поделиться советом».	- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности; - побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации - диспут - игра
1.2	Личная гигиена.	1			1		
1.3	В гостях у Мойдодыра.	1	1				
1.4	«Остров здоровья».	1			1		
II	***Питание и здоровье***	5	3		2		
2.1	Игра «Смак».	1	1			Понимание побудительной роли мотивов в деятельности человека, места ценностей в мотивационной структуре личности, их значения в жизни человека и развитии общества Изготовление листовок о правильном питании для первоклассников Решение кроссворда «Питание и	- Применение на уроке интерактивных форм работы учащихся; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими учащимися; - включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают
2.2	Правильное питание – залог физического и психологического здоровья.	1			1		
2.3	Вредные микробы.	1	1				
2.4	Что такое здоровая пища и как её приготовить.		1				
2.5	«Чудесный сундучок».	1			1		

						здоровье».	установлению доброжелательной атмосферы во время урока - КВН - конкурс
III	***Моё здоровье в моих руках***	7	4		3		
3.1	Труд и здоровье.	1	1			Формирование умения сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата) Подвижные игры на свежем воздухе Коллективный проект «Мое здоровье в моих руках».	- организация наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи; - инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов - викторина - экскурсия
3.2	Наш мозг и его волшебные действия.	1	1				
3.3	День здоровья «Хочу остаться здоровым».	1	1				
3.4	Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.	1			1		
3.5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1			1		
3.6	Экскурсия «Природа – источник здоровья».	1	1				
3.7	«Моё здоровье в моих руках»	1			1		
IV	***Я в школе и дома***	6	3		3		
4.1	Мой внешний вид – залог здоровья.	1	1			Изучение правил и норм поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья. Разработка рекомендаций для одноклассников Разучивание комплекса упражнений по снятию напряжения с глаз.	- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; - использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения,
4.2	«Доброречие».	1	1				
4.3	Спектакль С. Преображнский «Капризка».	1			1		
4.4	«Бесценный дар - зрение».	1			1		
4.5	Гигиена правильной осанки.	1	1				
4.6	«Спасатели, вперёд!»	1			1		

							проблемных ситуаций для обсуждения в классе; - викторина - конференция
V	***Чтоб забыть про докторов***	4	1		3		
5.1	Шарль Перро «Красная шапочка».	1	1			Игры и соревнования на свежем воздухе Проведение лектория для второклассников Изготовление памяток Изучение правил и норм поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья.	- организация наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи; - инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов; - день здоровья - конкурс
5.2	Движение, это жизнь	1			1		
5.3	День здоровья «Дальше, быстрее, выше».	1			1		
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности.	1			1		
VI	***Я и моё ближайшее окружение***	4	2		2		
6.1	Мир моих увлечений.	1	1			Изучение правил и норм поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья. Выработка конструктивных форм коллективного сотрудничества Получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества.	- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности; - включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; - спектакль
6.2	Вредные привычки и их профилактика.	1	1				
6.3	Добро лучше, чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	1			1		
6.4	В мире интересного.	1					

							- Научно–практическая конференция
VII	***«Вот и стали мы на год взрослей»***	4	2		2		
7.1	Я и опасность.	1	1			Формирование умения сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата) Защита проекта «Чем больше знает человек, тем он сильней» Анализ результатов собственной деятельности по сохранению и укреплению здоровья.	- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе; - привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней - КВН - диагностика
7.2	Лесная аптека на службе человека.	1			1		
7.3	Игра «Не зная броду, не суйся в воду».	1	1				
7.4	Чему мы научились и чего достигли.	1			1		
	Итого:	**34**	**16**		**18**		

4 год обучения

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего час.	В том числе			Характеристика деятельности учащихся или виды деятельности	Основные направления воспитательной деятельности с учётом модуля «Школьный урок» рабочей программы воспитания
			лекции	выездные занятия, деловые игры	практические занятия		
I	***Введение «Вот мы и в школе».***	4	1		3		
1.1	«Здоровье и здоровый образ жизни».	1			1	Выступление агитбригады «Быть здоровым – здорово!» Формирование привычки к	- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих
1.2	Правила личной гигиены	1			1		

1.3	Физическая активность и здоровье.	1	1			здоровому образу жизни. Проявление заинтересованности в сохранении и укреплении собственного здоровья. Понимание побудительной роли мотивов в деятельности человека, места ценностей в мотивационной структуре личности, их значения в жизни человека.	позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности; - привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; -круглый стол - спортивное мероприятие
1.4	Как познать себя.	1			1		
II	***Питание и здоровье***	5	3		2		
2.1	Питание необходимое условие для жизни человека.	1	1			Изучение литературы по проблеме укрепления и сохранения здоровья. Анализ культуры питания в семье. Изготовление книги «Самые полезные рецепты». Формирование умения сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата).	- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе; -побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации - КВН -конкурс
2.2	Здоровая пища для всей семьи.	1			1		
2.3	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени.	1	1				
2.4	Секреты здорового питания. Рацион питания.		1				
2.5	«Богатырская силушка».	1			1		
III	***Моё здоровье в моих руках***	7	4		3		

3.1	Домашняя аптечка.	1	1			Формирование умения сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата) Разработка и изготовление собственных памяток по сохранению и укреплению здоровья Организация и проведение диспутов.	-включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; -привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; - викторина - конкурс рисунков
3.2	«Мы за здоровый образ жизни».	1	1				
3.3	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье».	1	1				
3.4	«Береги зрение смолоду».	1			1		
3.5	Как избежать искривления позвоночника.	1			1		
3.6	Отдых для здоровья.	1	1				
3.7	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье.	1			1		
IV	***Я в школе и дома***	6	3		3		
4.1	«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим».	1	1			Подготовка и защита проекта «Мы здоровьем дорожим» Разработка правил безопасного поведения в школе и общественных местах для малышей Формирование умения сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата) в вопросах сохранения и укрепления собственного здоровья. Изучение правил и норм поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья.	- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; - использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций
4.2	«Класс не улица ребята И запомнить это надо!»	1	1				
4.3	Кукольный спектакль «Спеши делать добро».	1			1		
4.4	Что такое дружба? Как дружить в школе?	1			1		
4.5	Мода и школьные будни.	1	1				
4.6	Делу время, потехе час.	1			1		

							для обсуждения в классе; - игра-викторина - спектакль
V	***Чтоб забыть про докторов***	4	1		3	Приобретение социальных знаний. Получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества. Получение опыта самостоятельного общественного действия. Развитие собственной творческой самостоятельности. Организация и проведение лектория для третьеклассников «Внимание! Внимание! Еще раз о правильном питании!».	- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; - побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации - день здоровья - конкурс
5.1	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1	1				
5.2	День здоровья «За здоровый образ жизни».	1			1		
5.3	Кукольный спектакль Преображенский «Огородники».	1			1		
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности.	1			1		
VI	***Я и моё ближайшее окружение***	4	2		2		
6.1	Размышление о жизненном опыте.	1	1			Формирование привычки к здоровому образу жизни. Анализ собственного поведения в вопросе сохранения и укрепления здоровья. Разработка правил поведения, способствующих конструктивному общению.	- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности; - включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время
6.2	Вредные привычки и их профилактика.	1	1				
6.3	Школа и моё настроение.	1			1		
6.4	В мире интересного.	1					

							урока; - Научно практическая конференция - выпуск плакатов
VII	***«Вот и стали мы на год взрослей»***	4	2		2		
7.1	Я и опасность.	1	1			Проявление заинтересованности в сохранении и укреплении собственного здоровья. .Анализ собственного поведения в вопросе сохранения и укрепления здоровья Обобщение опыта по вопросу сохранения и укрепления собственного здоровья.	- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; - использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе - праздник «Быть здоровым – здорово!» - Книга здоровья (проект)
7.2	Игра «Мой горизонт».	1			1		
7.3	Гордо реет флаг здоровья.	1	1				
7.4	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни».	1			1		
	Итого:	**34**	**16**		**18**		

СОГЛАСОВАНО
протокол заседания МО
учителей начальных классов
от «30» августа 2021 г.
руководитель МО _____ /Петренко О.А./

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по УМР
_____/Безносова И.А./
«30» августа 2021 г.