

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Самарской области

Центральное управление министерства образования и науки Самарской области

ГБОУ СОШ с. Подстепки

РАССМОТРЕНО

На заседании МО
начальных классов

Руководитель МО
_____/О.В.Делимова

Протокол №1 от
28.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

_____/Т.В. Разумовская
29.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

директор ГБОУ СОШ
с.Подстепки

_____/А.Е. Семенов
Приказ №174-ОД от
30.08.2023г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Азбука здоровья»

для обучающихся 1-4 классов

с.Подстепки 2023г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Азбука здоровья» разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами и методическими материалами федерального и регионального уровня:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 286;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 18.07.2022г. № 569 «О внесении изменений в федеральный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021г. № 286» ;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022г. ТВ – 1290/03 «О направлении методических рекомендаций»;
- Приказ Минпросвещения России от 18.05.2023 N 372 "Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 12.07.2023 N 74229);
- с учётом рабочей программы воспитания ГБОУ СОШ с.Подстепки;
- ООП НОО ГБОУ СОШ с.Подстепки;
- На основе Устава ГБОУ СОШ с.Подстепки;
- Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

- формирование представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- формирование навыков конструктивного общения;
- формирование потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития; формировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у учащихся мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
 - добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения;

- обучение осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- обучение правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- обучение элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- обучение упражнениям сохранения зрения.

2. МЕСТО ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Программа внеурочной деятельности «Азбука здоровья» рассчитана на обучающихся 1-4 классов. На реализацию курса отводится 1 час в неделю. 1 класс – 33 часов в год, 2-4 классы – 34 часов в год.

3. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

1 класс (33 часа)

Дружи с водой (2ч) Закрепление знаний о свойствах воды, правила гигиены.

Забота об органах чувств (5 ч) Глаза – главные помощники человека. Чтобы уши слышали. Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма. Если кожа повреждена. Знания о гигиене органов чувств.

Уход за зубами (3 ч) Почему болят зубы. Правила гигиены полости рта.

Уход за руками и ногами (1 ч) «Рабочие инструменты» человека.

Как следует питаться (2 ч) Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая Пища для всей семьи. Рацион питания.

Как сделать сон полезным (1 ч) Сон – лучшее лекарство.

Настроение в школе (1 ч) Правила общения.

Настроение после школы(1 ч) Я пришёл из школы.

Поведение в школе (2 ч) Я – ученик. Правила общения со сверстниками, с учителями.

Вредные привычки (2 ч) Что вредит нашему организму.

Мышцы, кости и суставы (2 ч) Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина. Правила укрепления осанки.

Как закаляться (1 ч) Если хочешь быть здоров.

Как правильно вести себя на воде (1 ч) Правила безопасности на воде.

Народные игры.(2 ч) Правила игры. Соревнование.

Подвижные игры (5ч) Правила игры. Соревнование.

Доктора природы(2 ч) Сохраним природу.

2 класс – 34 часа

Почему мы болеем(3ч) Причины болезни. Признаки болезни. Как здоровье?

Кто и как предохраняет нас от болезней(2ч) Как организм помогает себе сам. Здоровый образ жизни

Кто нас лечит(1ч) Какие врачи нас лечат. Прививки от болезней.

Что нужно знать о лекарствах(2) Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка

Как избежать отравлений(2ч) Отравление лекарствам Пищевые отравления

Безопасность при любой погоде(2ч) Если солнечно и жарко Если на улице дождь и гроза

Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте(2ч) Опасность в нашем доме

Как вести себя на улице

Правила безопасного поведения на воде(1ч) Вода – наш друг

Правила общения с огнём(1ч) Чтобы огонь не причинил вреда

Как уберечься от поражения электрическим током(1ч) Чем опасен электрический ток

Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.(1ч) Травмы

Как защититься от насекомых(1ч)

Укусы насекомых

Предосторожности при обращении с животными(1ч)

Что мы знаем про кошек и собак

Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом(2ч)

Отравление ядовитыми веществами

Отравление угарным газом

Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожениях(3ч)

Помочь себе при тепловом ударе

Как уберечься от мороза

Как помочь себе при ожогах

Первая помощь при травмах(3ч)

Растяжение связок и вывих костей

Переломы

Если ты ушибся и порезался

Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос(1ч)

Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее

Первая помощь при укусах насекомых, змей(1ч)

Укусы змей

Сегодняшние заботы медицины(3ч)

Расти здоровым

Воспитай себя

Я выбираю движение

3 класс – 34 часа

Чего не надо бояться Как воспитывать уверенность и бесстрашие

Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным Учимся думать. Спешим делать добро.

Почему мы говорим неправду Поможет ли нам обман. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках

Почему мы не слушаемся родителей Надо ли прислушиваться к советам родителей. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга

Надо ли уметь сдерживать себя Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность

Не грызи ногти, не ковыряй в носу Как отучить себя от вредных привычек. Как отучить себя от вредных привычек (продолжение)

Как относиться к подаркам Я принимаю подарок. Я дарю подарок

Как следует относиться к наказаниям Наказание

Как нужно одеваться Одежда

Как вести себя с незнакомыми людьми Ответственное поведение

Как вести себя, когда что – то болит Боль

Как вести себя за столом Сервировка стола. Правила поведения за столом

Как вести себя в гостях Ты идёшь в гости

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

«Нехорошие слова». Недобрые шутки Умеем ли мы вежливо общаться. Умеем ли мы разговаривать по телефону

Что делать. Если не хочется в школу Помоги себе сам

Чем заняться после школы Умей организовать свой досуг

Как выбрать друзей Что такое дружба. Кто может считаться настоящим другом

Как помочь родителям Как доставить родителям радость

Как помочь больным и беспомощным Если нужна твоя помощь. Спешите делать добро

Повторение Огонёк здоровья. Путешествие в страну здоровья. Культура здорового образа жизни

4 класс – 34 часа

Наше здоровье(4ч) Что такое здоровье. Что такое эмоции. Чувства и поступки. Стресс

Как помочь сохранить себе здоровье(3ч) Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать.

Что зависит от моего решения(2ч) Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение.

Почему некоторые привычки называются вредными(5ч) Зависимость. Умей сказать НЕТ. Как сказать НЕТ. Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ. Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.

Помоги себе сам(1ч) Волевое поведение.

Мы – одна семья(2ч) Мальчишки и девчонки. Моя семья.

Человек и его здоровье (6ч). Общие понятия о здоровье как основной ценности человека. Ступени к здоровью. Природная среда как фактор здоровья. Воздушная среда и здоровье человека. Гигиена дыхания. Водная среда и здоровье человека.

Повторение(11ч) Дружба. День здоровья. Умеем ли мы правильно питаться. Я выбираю кашу. Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули. Чистота и порядок. Будем делать хорошо и не будем плохо. КВН «Наше здоровье». Я здоровье берегу – сам себе я помогу. Будьте здоровы.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Результатами освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

Личностные результаты — готовность и способность обучающихся 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.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности «Азбука 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*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные).

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности «Азбука здоровья» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности с помощью учителя.
- *проговаривать* последовательность действий на занятии.
- *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 учащихся на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД

- делать предварительный отбор источников информации: *ориентироваться* в книге (на развороте, в оглавлении, в словаре);
- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя книгу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы учащихся;
- 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.

Планируемые предметные результаты

Ученик будет знать:

- основные термины и правила здорового образа жизни;
- факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, правила закаливания организма, ухода за глазами;
- основные правила безопасного поведения дома, в школе, на улице, на проезжей части, на воде, на природе;
- значение двигательной активности и занятий спортом для укрепления здоровья;
- предметы личного и общего пользования при соблюдении гигиенических норм и правил;
- правила здорового рационального питания, культуру приёма пищи;
- меры профилактики и укрепления осанки;
- основы культуры общения: приветствие, благодарность, извинение, прощение.

Ученик научится:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье;
- применять знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, первоначальным представлениям о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе;
- соблюдать свой режим дня;
- выполнять правила личной гигиены;
- выполнять гимнастику для глаз, упражнения для профилактики нарушения осанки, дыхательную гимнастику;
- приобретать первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, вовремя подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- выполнять правила безопасного поведения на улице, на природе, на проезжей части, дома, в школе;

- выполнять правила культурного поведения при общении с окружающими людьми;
- осваивать навыки организации и проведения подвижных игр, в процессе игровой деятельности.

Ученик получит возможность научиться:

- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- определять причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при порезах и ушибах;
- использовать различные виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- выполнять физические упражнения, способствующие гармоничному развитию человека.

5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ п/п	Тема. Программное содержание	Кол-во часов	Электронные учебно- методические материалы	Форма проведения
Воспитательные задачи: - формирование активной жизненной позиции; - бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде; - владение основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе; - понимание ценности природы, зависимости жизни людей от природы, влияния людей на природу, окружающую среду; - познавательные интересы, активность, любознательность и самостоятельность в познании, интерес и уважение к научным знаниям, науке. - первоначальные навыки наблюдений, систематизации и осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях знания. - осознание ценности каждой человеческой жизни, признание индивидуальности и достоинства каждого человека; - умение оценивать поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, осознание ответственности за свои поступки.				
1	Советы доктора Воды	1		Беседа-практикум
2	Друзья Вода и мыло	1		Видеолекторий
3	Глаза – главные помощники человека.	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f	День информации

			2a09502	
4	Подвижные игры	1		Игры на свежем воздухе
5	Чтобы уши слышали.	1		Дискуссия
6	Почему болят зубы.	1		Звездный час
7	Чтобы зубы были здоровыми.	1		Беседа
8	Как сохранить улыбку красивой?	1		Информ-дайджест
9	«Рабочие инструменты» человека.	1		Дискуссия
10	Подвижные игры.	1		Соревнования
11	Зачем человеку кожа.	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f2a09502	Круглый стол
12	Надёжная защита организма.	1		Игра тематическая
13	Если кожа повреждена.	1		Инсценировка
14	Подвижные игры.	1		Игра ролевая
15	Питание – необходимое условие для жизни человека.	1		Калейдоскоп
16	Здоровая пища для всей семьи.	1		Игра ролевая
17	Сон – лучшее лекарство	1		Информ-досье
18	Как настроение?	1		Урок-игра
19	Я пришёл из школы.	1		Игра познавательная
20	Подвижные игры по выбору детей.	1		Круглый стол
21-22	Я – ученик.	2		Пресс-конференция
23-24	Вредные привычки.	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f2a09502	Викторина
25	Подвижные игры.	1		Турнир
26	Скелет – наша опора.	1		Игра тематическая
27	Осанка – стройная спина!	1		Конференция
28	Если хочешь быть здоров.	1		Лекторий
29	Правила безопасности на воде.	1		Час информации
30	Подвижные игры.	1		Игры на свежем воздухе
31	Весёлые старты.	1		Соревнование
32-33	Обобщающие занятия «Доктора здоровья».	2		Игра интеллектуальная

2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения занятия
Воспитательные задачи: - бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде; - владение основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе; - понимание ценности природы, зависимости жизни людей от природы, влияния людей на природу, окружающую среду; - познавательные интересы, активность, любознательность и самостоятельность в познании, интерес и уважение к научным знаниям, науке. - первоначальные навыки наблюдений, систематизации и осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях знания. - осознание ценности каждой человеческой жизни, признание индивидуальности и достоинства каждого человека; - умение оценивать поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, осознание ответственности за свои поступки.				
Раздел 1. Почему мы болеем				
1.1	Разные причины болезней	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	Круглый стол
1.2	Признаки некоторых болезней	1		Практикум
1.3	Как ваше здоровье?	1		Тематическая игра
Итого по разделу		3		
Раздел 2. Кто и как предохраняет нас от болезней.			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
2.1	Организм- сам себе помощник.	1		Оздоровительная минутка.
2.2	Здоровый образ жизни	1		Встреча с докторами Здоровья.
Итого по разделу		2		
Раздел 3. Кто нас лечит.			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
3.1	Какие врачи нас лечат.	1		Беседа по теме.
3.2	Прививки от болезней.	1		КВН
Итого по разделу		2		
Раздел 4. Что нужно знать о лекарствах			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	

4.1	Как выбрать лекарства.	1		Беседа Игра
4.2	Домашняя аптечка.	1		Игра Оздоровитель ная минутка.
Итого по разделу		2		
Раздел 5. Как избежать отравлений.			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
5.1	Лекарственные отравления	1		Практикум.
5.2	Пищевые отравления.	1		Экскурсия в столовую
Итого по разделу		2		
Раздел 6. Безопасность при любой погоде.			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
6.1	Солнце – наш друг?	1		Беседа. Практикум.
6.2	На улице дождь и гроза.	1		Беседа
Итого по разделу		2		
Раздел 7. Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
7.1	Опасности в нашем доме.	1		Игра «Светофор здоровья»
7.2	Правила поведения на улице.	1		Экскурсия
Итого по разделу		2		
Раздел 8. Правила безопасного поведения на воде.			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
8.1	Вода – наш друг.	1		Экскурсия
Итого по разделу		1		
Раздел 9. Правила обращения с огнём.			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
9.1	Чтобы огонь не причинил вреда.	1		Беседа. Практикум
Итого по разделу		1		
Раздел 10. Как уберечься от поражения электрическим током			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
10.1	Чем опасен электрический	1		Игра

	ток.			«Светофор здоровья»
Итого по разделу		1		
Раздел 11. Как уберечься от порезов, ушибов, переломов			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
11.1	Травмы.	1		Оздоровительная минутка
Итого по разделу		1		
Раздел 12. Как защититься от насекомых				
12.1	Укусы насекомых.	1		Игровая ситуация
Итого по разделу		1		
Раздел 13. Предосторожности при обращении с животными			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
13.1	Про собак и кошек.	1		Беседа
Итого по разделу		1		
Раздел 14. Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом				
14.1	Отравление ядовитыми веществами.	1		Игра-соревнование
14.2	Отравление угарным газом	1		Беседа с элементами игры
Итого по разделу		2		
Раздел 15. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении.			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
16.1	Помочь себе при тепловом ударе.	1		Игра
16.2	Как уберечься от мороза.	1		Игра
16.3	Как помочь себе при ожогах	1		Практикум
Итого по разделу		3		
Раздел 16. Первая помощь при травмах.				
16.1	Растяжения и вывихи.	1		Практикум
16.2	Переломы.	1		Практикум
16.3	Если ты ушибся или порезался.	1		Практикум
Итого по разделу		3		

Раздел 17. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.				
17.1	Если в глаз, ухо, нос или горло попало инородное тело.	1		Беседа. Практикум.
Итого по разделу		1		
Раздел 18. Первая помощь при укусах насекомых, змей.			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
18.1	Если укусила змея.	1		Работа в онлайн энциклопедии
Итого по разделу		1		
Раздел 19. Сегодняшние заботы медицины			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	
19.1	Я здоровье берегу.	1		Дебаты
19.2	Здоровый образ жизни.	1		Библиотечный час
19.3	Я выбираю движение.	1		Игра-путешествие
Итого по разделу		3		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		

3 класс

№ п/п	Тема. Программное содержание	Кол-во часов	Электронные учебно-методические материалы	Форма проведения
Воспитательные задачи: - формирование активной жизненной позиции; - бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде; - владение основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе; - понимание ценности природы, зависимости жизни людей от природы, влияния людей на природу, окружающую среду; - познавательные интересы, активность, любознательность и самостоятельность в познании, интерес и уважение к научным знаниям, науке. - первоначальные навыки наблюдений, систематизации и осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях знания. - осознание ценности каждой человеческой жизни, признание индивидуальности и достоинства каждого человека;				

- умение оценивать поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, осознание ответственности за свои поступки.				
1.	Чего не надо бояться.	1		Викторина
2.	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.	1		Работа с интерактивными карточками
3.	Почему мы говорим неправду.	1		Групповое обсуждение
4.	Почему мы не слушаемся родителей.	1		Обсуждение видеоролика
5.	Надо уметь сдерживать себя.	1		Работа с книжным текстом
6.	Не грызи ногти, не ковыряй в носу.	1		Беседа
7.	Как относиться к подаркам.	1		Информ-досье
8.	Как следует относиться к наказаниям.	1		Групповое обсуждение
9.	Как нужно одеваться.	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	Викторина
10.	Как вести себя с незнакомыми людьми.	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	Обсуждение видеоматериала
11.	Как вести себя, когда что-то болит.	1		Дебаты
12.	Как вести себя за столом.	1		Творческая работа: рисунок
13.	Как вести себя в гостях.	1		Познавательная игра
14.	Как вести себя в общественных местах.	1		Информ-досье
15.	«Нехорошие слова». Недобрые шутки.	1		Дебаты
16.	Что делать, если не хочется в школу.	1		Работа с интерактивными карточками
17.	Чем заняться после школы.	1		Информ-досье
18.	Как выбрать друзей.	1		Групповое обсуждение
19.	Как помочь родителям.	1		Викторина
20.	Как помочь беспомощным и больным.	1		Обсуждение видеоматериала
21.	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	1		Воспитательное мероприятие
22.	Спеши делать добро.	1		Творческая работа: рисунок
23.	Все ли желания выполнимы.	1		Информ-досье
24.	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.	1		Групповое обсуждение
25.	Как вести себя в транспорте и на улице.	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	Викторина

26.	Как вести себя в театре, кино, школе.	1		Обсуждение видеоматериала
27.	Ответственное поведение.	1		Воспитательное мероприятие
28.	Умеем ли мы вежливо обращаться.	1		Творческая работа: рисунок
29.	Умей организовать свой досуг.	1		Информ-досье
30.	Кто может считаться настоящим другом.	1		Групповое обсуждение
31.	Если кому -нибудь нужна твоя помощь.	1		Воспитательное мероприятие
32.	Огонек здоровья.	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	Обсуждение видеоматериала
33.	Путешествие в страну здоровья.	1		Творческая мастерская
34.	Культура здорового образа жизни.	1		Творческая работа: рисунок

4 класс

№ п/п	Тема. Программное содержание	Кол-во часов	Электронные учебно-методические материалы	Форма проведения
Воспитательные задачи: - формирование активной жизненной позиции; - бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде; - владение основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе; - понимание ценности природы, зависимости жизни людей от природы, влияния людей на природу, окружающую среду; - познавательные интересы, активность, любознательность и самостоятельность в познании, интерес и уважение к научным знаниям, науке. - первоначальные навыки наблюдений, систематизации и осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях знания. - осознание ценности каждой человеческой жизни, признание индивидуальности и достоинства каждого человека; - умение оценивать поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, осознание ответственности за свои поступки.				
Наше здоровье (4 ч)				
1	Что такое здоровье	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	Беседа-практикум
2	Что такое эмоции	1		Аукцион знаний
3	Чувства и поступки	1		Видеолекторий
4	Стресс	1		День информации
Как помочь сохранить себе здоровье (3ч)				

5	Учимся думать и действовать	1		Звездный час
6	Учимся находить причину и последствия событий	1		Информ-дайджест
7	Умей выбирать	1		Дискуссия
Что зависит от моего решения(2ч)				
8	Принимаю решение	1		Деловой круг
9	Я отвечаю за своё решение	1		Круглый стол
Почему некоторые привычки называются вредными(5ч)				
10	Вредные привычки и их влияние на здоровье	1		Игра тематическая
11	Умей сказать НЕТ	1		Инсценировка
12	Профилактика вредных привычек	1		Игра ролевая
13	Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности	1		Калейдоскоп
14	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения	1		Игра ролевая
Помоги себе сам (1ч)				
15	Волевое поведение	1		Информ-досье
Мы – одна семья(2ч)				
16	Мальчишки и девчонки.	1		Игра познавательная
17	Моя семья.	1		Круглый стол
Человек и его здоровье(6ч)				
18	Общие понятия о здоровье как основной ценности человека	1		Пресс-конференция
19	Ступени к здоровью	1		Викторина
20	Природная среда как фактор здоровья	1		Лекция
21	Воздушная среда и здоровье человека	1		Мозговой штурм
22	Гигиена дыхания	1		Турнир
23	Водная среда и здоровье человека	1		Игра тематическая
Повторение(11ч)				
24	Дружба	1		Конференция
25	День здоровья	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	Лекторий

26	Умеем ли мы правильно питаться	1		Час информации
27	Я выбираю кашу	1		Мастер-класс
28	Чистота и здоровье	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f4116e4	Дискуссия
29	Откуда берутся грязнули	1		Игра интеллектуальная
30	Чистота и порядок	1		Видеосалон
31	Будем делать хорошо и не будем плохо	1		Спринт-конкурс
32	КВН «Наше здоровье»	1		Соревнование
33	Я здоровье берегу – сам себе я помогу	1		Брейн-ринг
34	Будем здоровы	1		Творческий отчет