

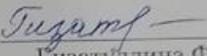
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Самарской области

Северо-Восточное управление образования

*государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа с.Новое Мансуркино
муниципального района Похвистиневский Самарской области*

Проверено
Зам. директора по УВР
 Фаткуллина Р.М.
(подпись)
(ФИО)
«30» августа 2023 г.

Утверждено
приказом № 53 - од
от «31» августа 2023г.

Директор 
Гизатуллина Ф.Ф.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет (курс) курс внеурочной деятельности «*Азбука здоровья*»

Класс 1-4

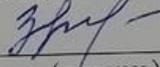
Общее количество часов по учебному плану 1-4 классы- 68 часов в год(2 часа в неделю)

Составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта второго поколения основного общего образования.

Рассмотрена на заседании школьного методического объединения гуманитарного и естественно-научного циклов

(название методического объединения)

Протокол №1 от «30»августа 2023 г.

Руководители ШМО  Фаттахова А.Ш.
(подпись) (ФИО)

Пояснительная записка

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. Внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Рабочая программа по внеурочной деятельности (спортивно-оздоровительного направления) составлена в соответствии с новыми стандартами второго поколения.

Внеурочная деятельность по спортивно-оздоровительному направлению увеличивает пространство, в котором школьники могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Азбука здоровья» составлена на основе следующих документов:

- требования Федерального государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 №373;
- Закона РФ «Об образовании» (в ред. Федеральных законов от 13.01.1996 №12-ФЗ, от 16.11.1997 №144 –ФЗ от 13.02.2002 №20-ФЗ и т.д.) статья 12 п.1 статья 26 п.1,2;
- Письма Минобрнауки РФ от 12 мая 2012 года № 03-296 «Об образовании внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»; -Распоряжения Правительства Российской Федерации от 07 сентября 2010 года №1507 – р «Об утверждении плана действий по модернизации общего образования на 2011 – 2015 годы».

Программа разработана с учётом:

- санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в ОУ (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12. 2010 №189);
- годового учебного календарного графика Учреждения на 2014 – 2015 учебный год;
- требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования и программы формирования УУД.

По мнению специалистов-медиков, возраст от одного года до 15 лет гораздо важнее для сохранения будущего здоровья, чем от 15 лет до 60.

Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся? Именно в решении этих вопросов и заключается **АКТУАЛЬНОСТЬ** программы «Азбука здоровья».

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному оздоровительному направлению «Азбука здоровья» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья» направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

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**:

1. 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;
- навыков конструктивного общения;
- 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.

2. Обучение:

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

Общая характеристика курса.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному оздоровительному направлению «Азбука здоровья» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН..

Принципы построения программы:

Данная программа позволяет реализовать в школьной практике принципы государственной политики и общие требования к содержанию образования в Законе «Об образовании».

Принцип научности - в основе которого содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.

Принцип доступности - определяет содержание курса в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.

Принцип системности - определяет взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов предлагаемого курса.

Принцип сознательности – нацеливает на формирование у обучаемых глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности.

Принцип систематичности и последовательности – проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового, и опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Систематически проводимые формы организации познавательной деятельности в сочетании со здоровьесберегающими мероприятиями приучат учащихся постоянно соблюдать оздоровительно воспитательный режим.

Принцип повторения знаний, умений и навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы. Характер элементов деятельности пожелает проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приёмов, в различных формах заданий.

Принцип постепенности. Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для формирования здоровьесберегающих условий всестороннего образования ребёнка.

Принцип индивидуализации осуществляется на основе закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности учащихся, педагог всесторонне развивает каждого ребёнка, планирует и прогнозирует его развитие. С учётом уровня индивидуальной подготовленности ученика, его двигательных способностей и состояния здоровья, намечают пути совершенствования умений и навыков.

Принцип непрерывности выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха.

Принцип цикличности способствует упорядочению процесса педагогики оздоровления. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ученика к каждому последующему этапу обучения.

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей учащихся является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий.

Принцип наглядности – обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств к процессу познания. Принцип наглядности направлен для связи чувственного восприятия с мышлением.

Принцип активности – предполагает в учащихся высокую степень подвижности, самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип всестороннего и гармонического развития личности. Содействует развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее – физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое – развитие личности ребёнка.

Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья школьника.

Принцип формирования ответственности у учащихся за своё здоровье и здоровье окружающих людей.

При этом необходимо выделить **практическую направленность** курса.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

Обеспечение мотивации

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

Занятия носят научно-образовательный характер.

Основные виды деятельности учащихся:

- ✓ навыки дискуссионного общения;
- ✓ опыты;
- ✓ игра.

Изучение программного материала начинается с 1 класса на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде учебных игр и в процессе практической деятельности. Кроме того, каждый отдельный раздел курса включает в себя дополнительные виды деятельности:

- чтение стихов, сказок, рассказов;
- постановка драматических сценок, спектаклей;
- прослушивание песен и стихов; – разучивание и исполнение песен; – организация подвижных игр;
- проведение опытов;

- выполнение физических упражнений, упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие воображения.

Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка. Каждое занятие должно стать настоящим уроком «здоровотворчества».

Место курса в учебном плане

В 1 классе – 66 часов, 2-4 классы по 68 часов Занятия проводятся 1 раз в неделю по 35 минут (в 1 классе), по 40 минут во 2 - 4 классах. Программа рассчитана на детей 7-10 лет,

Описание ценностных ориентиров содержания программы «Азбука здоровья»

Одним из результатов преподавания программы «Азбука здоровья» является решение задач воспитания – осмысление и интериоризация (присвоение) младшими школьниками системы ценностей.

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Планируемые результаты реализации курса "Азбука здоровья".

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника школы, исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием. А значит, образ выпускника- это не конечный результат, не итог в развитии личности, а тот базовый уровень, развитию и становлению которого должна максимально способствовать школа.

Следовательно, выпускник младших классов школы как современного образовательного учреждения должен иметь устойчивый интерес к учению, наблюдательность, осведомленность, применять знания на практике, быть исполнительным, уверенным, инициативным, добросовестным, заботливым, аккуратным, правдивым, креативным, инициативным, чувствовать доброту, иметь привычку к режиму, навыки гигиены, уметь согласовывать личное и общественное, иметь навыки самоорганизации, открытый внешнему миру.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи:**

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Соответствие целей и задач программы внеурочной деятельности по оздоровительному направлению «Азбука здоровья» целям и задачам основной образовательной программы учреждения будет способствовать осуществлению пролонгированного эффекта от ее реализации в педагогической практике.

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.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

-умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

-умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

-умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

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 по общекультурному направлению «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 по общекультурному направлению «Азбука здоровья» - 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.

1,3 класс

Номер урока	Тема урока	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Форма проведения занятий (для курсов внеурочной деятельности)	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1-3	Почему мы болеем. Разные причины болезней.	3	Повторение девиза «Уроков здоровья». Анализ стихотворения. Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов.	Слушание объяснений учителя . Наблюдение за работой учителя . Ответы на контрольные вопросы	Беседа, демонстрация. Практическое занятие. Работа в парах.	https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-bolezni-ih-prichini-3673730.html
4-5	Признаки некоторых болезней	2	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Грипп». Оздоровительная минутка. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Практическая работа по составлению правил «Как помочь больному?»	Игровая, познавательная, творческая, проблемно-ценностное общение	Беседа, демонстрация Практическое занятие. Работа в парах.	https://pptcloud.ru/biologiya/epidemii
6-8	Подвижные игры	3				
9-11	Кто и как предохраняет нас от болезней.	3	Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка. Тест «Умешь ли ты готовить уроки?».	Практические занятия, работа в группах, парах; беседа по	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-	https://infourok.ru/prezentaciya-k-vneurochnomu-zanyatiyu-kak-organizm-

			Составление памятки «Как правильно готовить уроки».	содержанию текста.	ценностное общение.	pomogaet-sebe-sam-2421994.html
12-14	Прививки от болезней. Инфекции и болезни.	3	Словарная работа. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Поднялась температура...»	Практические занятия, работа в парах, группах, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин	Беседа, демонстрация. Практическое занятие. Работа в парах. Игровая, творческая(практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	http://www.myshared.ru/slide/1005708/
15-17	Что нужно знать о лекарствах.	3	Игра «Кто больше знает?» Беседа «Из чего получают лекарства». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова.	Практические занятия, работа в парах группах, беседа по содержанию текста, постановка «живых картин	Беседа, демонстрация. Практическое занятие	https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-lekarstva-2641058.html https://pptcloud.ru/pedagogika/zapomnite-detki-lekarstvo-ne-konfetki
18-20	Как избежать отравлений. Пищевые отравления.	3	Беседа по теме. Игра – соревнование «Кто больше?» Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления. Помогите себе сами! Практическая работа.	Практические занятия, работа в парах группах, беседа по содержанию текста	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	https://infourok.ru/prezentaciya-po-tehnologii-pischevie-otravleniya-3373622.html
21-23	Подвижные игры	3				

24-26	Солнце – наш друг?	3	Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С.Михалкова«Забыла Таня про обед...» Оздоровительная минутка. Признаки солнечного ожога. Практическая работа« Помогите себе сам!»	Практические занятия, работа в парах.	Беседа,	https://infourok.ru/prezentaciya-solnce-drug-solnce-vrag-1968905.html
27-28	На улице дождь и гроза.	2	Повторение правил. Беседа по картине К. Маковского «Дети, бегущие от грозы» . Правила поведения при грозе. Оздоровительная минутка. Помогите себе сам!	Практические занятия, работа в парах.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	https://uchitelya.com/okruzhayuschiy-mir/69969-prezentaciya-esli-na-ulice-dozhd-i-groza-2-klass.html
29-31	Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.	3	Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Мама приходит с работы...»Правила безопасного поведения в доме. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».	Практические занятия, работа в парах	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	https://infourok.ru/prezentaciya-po-okruzhayushemu-miru-tvoya-bezopasnost-doma-i-na-ulice-2-klass-4320572.html
32-34	Правила безопасного Поведения на воде.	3	Встреча с доктором Вода. Правила поведения на воде. Обсуждения стихотворения И.Емельянова. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья». Когда опасность рядом.	Практические занятия, работа в парах	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	https://infourok.ru/prezentaciya-po-okruzhayushchemu-miru-bezopasnost-na-vode-klass-3342227.html
35-36	Чтобы огонь не причинил вреда.	2	Повторение правил поведения на воде. Беседа «Чем опасен огонь?» Игра «Светофор здоровья». Обсуждение ситуаций.	Практические занятия, работа в парах группах, беседа по	Игровая, творческая (практическая), познавательная,	https://uchitelya.com/obzh/125525-prezentaciya-bud-ostorozhen-s-ognem-2-4-

			Оздоровительная минутка. Правила поведения	содержанию текста	проблемно-ценностное общение.	klass.html
37-39	Подвижные игры	3				
40-41	Чем опасен электрический ток.	2	Повторение правил поведения при пожаре в доме. Рассказ учителя. Словарная работа. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».	Практические занятия, работа в парах группах, беседа по содержанию текста	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	https://uchitelya.com/obzh/5494-prezentaciya-osnovy-elektrobezopasnosti-1-3-klass.html
42-44	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.	3	Виды травм. Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах (практическая работа в парах).Оздоровительная минутка. Заучивание слов.	Практические занятия, работа в парах.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	https://multiurok.ru/files/prieziatsiia-kak-ubieriech-sia-ot-travm.html
45-47	Как защититься от насекомых.	3	Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Вдруг какой – то страшный зверь...» Признаки аллергии.Помоги себе сам. Оздоровительная минутка. Словарная работа .Заучивание слов	Практические занятия, работа в парах.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	https://nsportal.ru/detskii-sad/distantsionnoe-obuchenie/2021/02/13/prezentatsiya-0
48-50	Предосторожности при обращении с животными. Беседа о домашних животных.	2	Беседа о домашних животных. Обсуждение стихотворения. Правила обращения с животными. Оздоровительная минутка. Составление правил. Это интересно!	Практические занятия, работа в парах.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное	https://uchitelya.com/okruzhayuschiy-mir/43263-prezentaciya-pravila-bezopasnosti-pri-obshchenii-s-

					общение.	zhivotnymi.html
51-53	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом	3	Виды отравлений. Игра соревнование «Кто больше знает?» Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья» Признаки отравления ядовитыми веществами. Словарная работа. Первая помощь при отравлениях.	Практические занятия, работа в парах.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	http://www.myshared.ru/slide/901925
54-56	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах обморожении.	3	Работа с отрывком из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения.	Практические занятия, работа в парах.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	https://multiurok.ru/files/priezientsiia-k-uroku-biologhii-9-klass-korri-40.html
57-60	Подвижные игры	4	Оздоровительная минутка. Составление правил. Игра «Полезно – вредно».	Практические занятия	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	
61-63	Первая помощь при травмах.	3	Виды переломов. Знакомство с правилами. Оздоровительная минутка. Практическая работа в парах	Практические занятия, работа в парах.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	https://infourok.ru/prezentaciya-dlya-klassnogo-chasavo-klasse-na-temu-pervaya-pomosch-pri-travmah-1856564.html
64-66	Беседа о ходьбе.	3	Беседа по теме. Тест «Оцени себя сам». Оздоровительная	Практические занятия, работа в	Игровая, творческая	https://infourok.ru/prezentaciya-na-

			минутка.	парах.	(практическая), познавательная, проблемно- ценностное общение.	temu-hodba-1181391.html
67-68	Повторение о здоровом образе	2	Повторение правил здоровья. Памятка о здоровом образе . Анализ ситуаций. Подвижные игры на воздухе	Практические занятия, работа в парах.	Игровая, творческая (практическая), познавательная, проблемно-ценностное общение.	

4 класс

№ п/п	Наименование тем курса	Всего часов	Виды деятельности		Форма контроля	Дата	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
			Теория	Практика			
1.	Раздел I. «Если хочешь быть здоров...»	1	Беседа «Для меня здоровье – это ...» Разучивание пословиц и поговорок, стихов о здоровье	Оздоровительная минутка. Обсуждение ситуаций. Рисование на тему «Здоровый	Фронтальный опрос		https://ppt4web.ru/nachalna-ja-shkola/esli-khochesh-byt-zdorov6.html

				человек»			
2.	Друзья Мойдодыра	1	Беседа по стихотворению К. Чуковский «Мойдодыр».	Оздоровительная минутка. Игра «Что в корзинке?».	Конкурс «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».		https://infourok.ru/prezentaciya_druzya_moydodyra-166299.htm
3.	Почему важен режим дня.	1	Беседа, обсуждение ситуаций из жизни ребят	Оздоровительная минутка. Составление режима дня	Оформление собственного режима дня (рисунок)		https://infourok.ru/prezentaciya-klass-rezhim-dnya-3614308.html
4.	Зрение – главное богатство человека	1	Беседа о бережном отношении к зрению.	Оздоровительная минутка Знакомство с гимнастикой для глаз. Игра «Полезно – вредно».	Фронтальный опрос		https://uchitelya.com/obzh/48599-prezentaciya-glaza-glavnye-pomoschniki-cheloveka-3-klass.html
5.	Ставим ушки на макушки...	1	Беседа. о правилах сохранения слуха.	Оздоровительная минутка. Знакомство с массажем для ушей и его назначением.	Тестирование		https://infourok.ru/prezentaciya-ushki-na-makushki-gorodskaya-nauchnaya-prakticheskaya-konferenciya-5474807.html
6.	«От улыбки хмурый день светлей...»	1	Беседа о правилах ухода за зубами. Стихотворение	Оздоровительная минутка. Обучение приемам	Создание памятки «Как ухаживать за зубами».		https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/102495-prezentaciya-zuby-i-uhod-za-nimi-3-klass.html

			С. Михалкова «Как у нашей Любы...» Беседа по содержанию стихотворения.	правильной чистки зубов.			
7.	Руки и ноги – надежные помощники человека.	1	Беседа о правильном уходе за руками и ногами. Профилактика травматизма.	Оздоровительная минутка. Рисование на тему «Профилактика травматизма»	Игровые ситуации «Это полезно знать».		https://infourok.ru/urok-prezentaciya-uhod-za-rukami-4937286.html
8.	Надёжная защита организма: кожа.	1	Беседа. Правила ухода за кожей. Первая помощь при повреждениях кожи.	Оздоровительная минутка Практическая работа в парах «Оказываем первую помощь»	Фронтальный опрос		https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2014/02/01/prezentatsiya-kozha-nadezhnaya-zashchita
9.- 10	Полезные и вредные продукты.	1	Знакомство со стихотворением С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала» Беседа по содержанию	Работа в группах. Разрабатываем меню	Составление золотых правил питания.		https://infourok.ru/prezentaciya-po-okruzhayushchemu-miru-na-temupoleznaya-i-vrednaya-eda-klass-1641817.html
11- 12	Отравление. Как избежать опасности.	2	Беседа о причинах пищевых	Игра «Опасно-безопасно»	Фронтальный опрос. Обсуждение		https://infourok.ru/prezentaciya-po-poznaniyu-mira-na-temu-pischevie-otravleniya-

			отравлений, первой помощи.		ситуаций.		819105.html
13-14	Сон в жизни человека.	2	Стихотворение С. Михалкова « Не спать » Беседа по содержанию.	Правила здорового сна. Разучивание колыбельных.	Фронтальный опрос		https://infourok.ru/prezentaciya-k-vneurochnomu-zanyatiyu-po-teme-son-3-klass-4311317.html
15-16	Наше настроение. Здоровье и настроение.	2	Беседа об отношениях с окружающими, влиянии настроения на самочувствие человека. Необходимость доброжелательного общения. Работа с пословицами.	Оздоровительная минутка. Игра «Азбука волшебных слов.	Анализ ситуаций.		
17-18	Школа – наш дом. Безопасность в школе.	1	Рассказы М. Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой». Беседа по содержанию.	Оздоровительная минутка Игра «Знаешь ли ты правила?»	Создание коллективного коллажа «Школьные правила»		https://infourok.ru/prezentaciya-bezopasnost-shkolnikov-klass-3204480.html
19-21	Вредные привычки	3	Беседа «Выбираем здоровый образ жизни»(профилактика)	Оздоровительная минутка. Игра «Мое – не мое».	Тематическое рисование		https://infourok.ru/prezentaciya-klassnogo-chasa-vrednie-privichki-klass-356456.html

			курения, алкоголизма, наркомании).				
22	Обобщение по разделу. Игра «Азбука здоровья».	1		Проведение конкурсной программы.			
23-25	Раздел II. Профилактика травматизма. 1. Азбука дорожного движения. Элементы улиц и дорог: дорожная разметка	2	Рассказ об истории появления светофора, дорожных знаков. Просмотр м\ф «Уроки тетюшки Совы»	Игра «Узнай знак». Анализ ситуаций. Оздоровительная минутка	Рисование дорожных знаков.		https://ppt4web.ru/obshhestvoznaniya/ehlementy-ulic-dorog-dorozhnye-uslovija.html
26-27	Чтобы наш путь был счастливым...	2	Знакомство с правилами перехода улицы.	Оздоровительная минутка Обсуждение ситуаций. Разгадывание кроссворда.	Тестирование		https://infourok.ru/prezentaciya-po-pdd-dlya-klassa-natemu-pravila-dorozhnogo-dvizheniya-dlya-peshehodov-2313699.html
28-30	2. Азбука пожарной безопасности. Огонь – наш	3	Просмотр мультфильма «Рассказ о неизвестном герое», беседа	Оздоровительная минутка. Составление памятки «Чтобы не случилось	Тематическое рисование		https://ppt4web.ru/nachalnaja-shkola/ogondrug-ili-vrag.html

	друг или враг?		по содержанию. Правила противопожарной безопасности	беда...»			
31-33	Подвижные игры	3					
34-35	Правила безопасного поведения в быту. Чтобы мой дом был безопасным...	2	Правила безопасности на кухне, в ванной, на балконе.	Обсуждение ситуаций в группах. Оздоровительная минутка	Тематическое рисование		https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-bezopasnost-doma-i-na-ulice-3-klass-4426439.html
36-38	Правила безопасного поведения в природе Как уберечься от укусов насекомых.	3	Беседа об оказании первой помощи при укусах пчел	Оздоровительная минутка. Создание памятки	Фронтальный опрос Тематическое рисование		https://easyen.ru/load/okruzhajushhij_mir/3_klass/prezentacija_pravila_bezopasnogo_povedenija_v_lesu/238-1-0-62366
39-41.	«Люблю грозу в начале мая...» Правила безопасного поведения во	3	Почему случается гроза? Правила безопасного поведения.	Просмотр учебного фильма. Оздоровительная минутка	Тестирование		https://ppt-online.org/301381

	время грозы.						
42-43	Ее Водяное величество	2	Беседа о значении воды в жизни человека и в природе. Знакомство с правилами поведения на воде	Работа в группах. Обсуждение ситуаций.	Тематическое рисование «Вода в жизни человека»		https://ppt4web.ru/nachalnaja-shkola/bezopasnost-na-vode3.html
44-45.	Ой, мороз, мороз...	2	Правила безопасного поведения зимой во время прогулки. Первая помощь при обморожениях.	Оздоровительная минутка Просмотр и обсуждение мультфильма «Два мороза»	Составление памятки «Чтобы прогулка была в радость»		https://infourok.ru/prezentaciya-pervaya-pomosh-pri-obmorozhenii-5747274.html
46-48	Наши домашние любимцы.	3	Что мы знаем о собаках и кошках. Как вести себя при общении с животными.	Оздоровительная минутка	Рисование на тему «Мой домашний любимец»		https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/122858-prezentaciya-cto-my-znaem-o-koshkah-i-sobakah-1-4-klass.html
49-50	Раздел III. Я в мире людей. Наши страхи.	2	Как воспитать в себе бесстрашие. Просмотр м\ф и обсуждение	Работа в группах. Анализ ситуаций. Оздоровительная минутка.	Тематическое рисование «Чего я боюсь»		https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/136994-prezentaciya-detskie-strahi.html
51-52	Почему мы говорим	2	Может ли помочь обман?	Обсуждение ситуаций в			https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-pochemu-

	неправду		«Неправда-ложь» в пословицах и поговорках.	группах. Игра «Продолжи сказку»			lyudi-igut-3363398.html
53-55	Мы идем в гости.	2	Обсуждение правил поведения в гостях. Просмотр мультфильма	Ролевые игры. Оздоровительная минутка	Составление памятки «Я в гостях»		
55-56	Подарок. Может ли подарок повлиять на самочувствие?	2	Я принимаю подарок. Я дарю подарок.	Игра «Я дарю тебе..» Оздоровительная минутка	Тематическое рисование «Какой подарок я хотел бы получить»		
57-58	Что такое эмоции?	2	Как эмоции влияют на наше самочувствие. Как воспитать в себе сдержанность.	Практические упражнения в парах, обсуждение. Оздоровительная минутка	Фронтальный опрос		https://uchitelya.com/okruzhayuschiy-mir/91992-prezentaciya-emocii-temperament-3-klass.html
59-60	Кто защищает нас от болезней	2	Экскурсия медпункт.		Тематическое рисование «Люди в белых халатах»		https://infourok.ru/urok-prezentaciya-klass-po-teme-zaschita-ot-bolezney-3714260.html
61-63	Медицина сегодня	3	Беседа «Из чего делают лекарства» Что нужно знать о лекарствах		Фронтальный опрос		https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/119953-prezentaciya-ostorozhno-lekarstva-3-klass.html

64-66	Практическое занятие.	2	Разучивание народных игр			
64-66	Наши любимые игры. Народные игры. Подвижные игры на свежем воздухе	3	Игры-эстафеты «Круговые салки», эстафеты со скакалками «Поезд» Беседа по теме	Узнать у родителей, бабушек, дедушек, в какие игры они играли в детстве		
67-68	Обобщение по разделу. Игра «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».	2	Повторение правил здоровья. Конкурсная программа	Сочинение-рассуждение «Здоровый человек-это...»		

