

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ



федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Московский педагогический государственный университет»
(МПГУ)

**Анапский филиал
федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего
образования «Московский педагогический
государственный университет»
(Анапский филиал МПГУ)**

ул. Астраханская, д. 88, г.к. Анапа,
Краснодарский край, 353410. Тел. (86133) 5-62-87, 9-03-11, 4-26-76,
4-39-75, Факс: (86133) 5-62-87. E-mail: afmgpu@yandex.ru
ОГРН 1027700215344, ИНН/КПП 7704077771/230143001

РЕЦЕНЗИЯ

**на рабочую программу по внеурочной деятельности «Азбука здоровья»
разработанную учителем начальных классов Галяутдиновой Еленой
Викторовной МАОУ СОШ № 3 муниципального образования
город - курорт Анапа имени кавалера ордена Мужества
Анастаса Шембелиди**

Рецензируемая программа по внеурочной деятельности представляет 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. Данная программа рассчитана на учащихся 1-4 классов в количестве 33 часов в первом классе, 34 часов во 2-4 классах со сроком реализации 4 года.

Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования, развивает в детях такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, честность, трудолюбие, любознательность, дисциплинированность, соблюдение порядка, стремление быть сильным и ловким.

В программе прослеживаются межпредметные связи с литературным чтением, окружающем миром, технологией, музыкой, физической культурой.

Программа по внеурочной деятельности составлена в соответствии с определёнными требованиями, соблюдены такие компоненты, как: введение, пояснительная записка, учебно-тематический план, календарно-тематическое планирование, содержание программы, условия эффективного обеспечения образовательной деятельности, система поэтапного, итогового контроля образовательной деятельности и фиксации достигнутых результатов.

Реализуя данную программу, автор добивается высокой результативности в образовательной и воспитательной деятельности. Программа является весьма актуальной и составлена в соответствии с государственными требованиями к образовательным программам системы образования детей. Программа снабжена богатым учебно-методическим комплексом, призванным обеспечить её успешную реализацию.

Рецензент:
Заведующий кафедрой
психолого-педагогического образования
Анапского филиала ФГБОУ ВО
«Московский педагогический
государственный университет»
канд. псих. наук
«21» марта 2022 г.

Н.В. Микитюк

ПОДПИСЬ ЗАВЕРЯЮ
специалист по персоналу

М. И. Кирпа



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД-КУРОРТ АНАПА
ИМЕНИ КАВАЛЕРА ОРДЕНА МУЖЕСТВА АНАСТАСА ШЕМБЕЛИДИ**



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По внеурочной деятельности факультатив

«Азбука здоровья»

(спортивно-оздоровительное направление)

Уровень обучения начальное общее 1-4 классы

Количество часов	<u>135</u>
	<u>1 класс – 33 часа</u>
	<u>2 класс – 34 часа</u>
	<u>3 класс – 34 часа</u>
	<u>4 класс – 34 часа</u>

Учитель: Галяутдинова Елена Викторовна

Рабочая программа составлена на основе

рабочей программы «Азбука здоровья» для внеурочной деятельности младших школьников в соответствии с ФГОС начального образования

Цель программы:

1. Становление ценностного отношения у учащихся начальной школы к здоровью и здоровому образу жизни,
2. Учиться быть здоровым телом и душой, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы.

Задачи:

1. Научить сознательно относиться к своему здоровью; добиться выполнения элементарных правил здоровья сбережения;
 2. Сформировать основы гигиенических навыков;
 3. Через практические задания в доступной форме познакомить с функциями органов;
 4. Познакомить с правилами поведения в обществе, с культурой поведения на дороге.
 5. Выбатывать отрицательное отношение к вредным привычкам.
- класс в другой объем и уровень знаний должен расширяться, углубляться и дополнять.

Межпредметные связи

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука Здоровья» носит комплексный характер, что отражено в межпредметных связях:

- с уроками литературного чтения: просмотр мультфильмов, подбор пословиц и поговорок;
- с уроками окружающего мира: сезонные изменения в природе; изучение организма человека: осанка, питание, зрение; создание буклетов по сохранению здоровья;
- с уроками технологии: изготовление изделий из соленого теста, бумаги;
- с уроками изобразительного искусства: рисование плакатов, рисунков по теме;
- с уроками музыки: прослушивание музыкальных композиций: Бетховена, Шопена, Штрауса, Глинки и т.д.;
- с уроками физической культуры: разучивание упражнений.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- ✓ 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.
- ✓ Получить необходимые знания по профилактике вредных привычек и основах здорового образа жизни, укрепления общего соматического, психического здоровья.

Метапредметные:

Регулятивные УУД

- ✓ Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя.
- ✓ Проговаривать последовательность действий на занятии.
- ✓ Учить высказывать свое 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.
- ✓ Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

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 занятии.
- ✓ Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех 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 и схематических рисунков).
- ✓ Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания из различных источников, ориентированные на линии развития средствами предмета.

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.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

1 класс

1. Мир вокруг меня и я в нём. (12 часов).

Человек неповторим. Он индивидуален и имеет своё мнение, свои чувства. И мы должны это знать и уважать каждого человека. Твоя семья, её состав. Взаимопомощь в семье. Роль в семье каждого члена, профессии родственников. Твоя помощь семье. Обязанности членов семьи. Как происходит общение людей для чего это нужно. Как надо вести себя в школе, от чего зависит настроение в школе, как его улучшить. Чем лучше заняться после школы. Вредные привычки, что мы о них знаем.

2. Уроки Мойдодыра. (16 часов).

Для чего нужно умываться и купаться. Где скапливается грязь на теле человека, что способствует скоплению грязи, что случается с грязнулей. Что может случиться с глазами и зрением, комплекс зарядки для глаз. От чего защищает кожа, её устройство, травмы и заболевания кожи, правила ухода за ней. Молочные и постоянные зубы, как устроен зуб, болезни зубов, как чистить зубы, чем питаться, чтобы зубы были здоровыми. Устройство системы пищеварения, продукты наиболее полезные растущему организму. Зачем человеку сон, сколько надо спать, что делает сон полноценным. Почему мы простужаемся, простейшие способы закаливания. Что надо знать о лекарствах, как ими пользоваться.

3. Охрана жизни человека. (5 часа).

В каком возрасте нужно учиться плавать, правила безопасности на воде. Безопасное поведение в школе (игры на переменах). Правила безопасности на улице, подвижные игры.

2 класс (34 часа)

1. Мир вокруг меня и я в нём. (10 часов.)

Обучение в школе, что оно несёт нам. Какие перспективы открывает школа перед человеком. Учимся, чтобы стать грамотным, принести пользу нашей Родине.

Родословная семьи, знать своих предков хотя бы до четвёртого колена, малая родина, то место, где родился человек. Осознавать дошкольное прошлое и будущее (построение перспектив). Кем хочет стать, что для этого надо. Плохое и хорошее настроение, от чего зависит оно. Что надо делать, чтобы настроение было хорошим. Общение. Что надо, чтобы людям было приятно общаться с тобой.

2. Уроки Доктора Айболита. Правила на всю жизнь. (7 часов)

Признаки болезни: высокая температура, озноб, насморк, головная боль, боль в горле, тошнота, рвота. Раскрыть причины болезней. Организм защищает сам себя, Охрана здоровья и жизни детей учителями и родителями. Потребность расти здоровым. Лечебные учреждения, какие бывают врачи. Как организм себя защищает, как укреплять защитные функции организма, опасные инфекции, переносчики инфекции, вакцины. Аллергия на лекарства.

3. Охрана жизни человека. (17 часов).

Признаки отравления, кишечные расстройства, срок годности продуктов питания. Безопасное поведение в школе (игры на переменах). Как вести себя в гололёд, при грозе. Острые предметы не игрушка, как обращаться с ножом, иглой, ножницами. Что такое электроток, как поступать с висящим оголённым проводом (не наступай на него, не бери в руки, не прикасайся к человеку, поражённому током), Не купайся в водоёмах во время грозы. Не прикасайся мокрыми руками к электроприборам. Не играй со спичками и зажигалками, не разжигай костёр, если поблизости нет взрослого, не бросай в костёр патроны, не лей в него бензин. Соблюдай правила пользования газовой плитой. Обращение с петардами. Один не ходи купаться на водоём, Купайся только в знакомых местах, не ходи зимой по тонкому льду. Защита от клещей, как избавиться от мух и комаров. Чем опасны насекомые. Опасность от домашних или брошенных домашних животных, животные как переносчики инфекций.

3 класс (34 часа)

1. Мир вокруг и я в нём. (16 часов).

Раскрыть изменения, происходящие с ребёнком. Что такое конфликтная ситуация. Как избежать конфликта, какие решения надо принимать для погашения назревшего конфликта. Может ли решить проблему драка. Что является причиной невыдержанности, как воспитать в себе сдержанность, капризные дети, как к ним относятся окружающие люди. Одна из вредных привычек: алкоголизм, что приводит к этому, как страдают люди вокруг алкоголика, последствия этого порока для самого пьющего человека и близких. Какие нарушения в осанке, от чего это бывает, как сохранить осанку, разучивание физических упражнений для сохранения осанки. Предметы и явления, которых часто боятся дети, почему их не надо бояться, как воспитать в себе уверенность и бесстрашие. В каких случаях и почему мы обманываем, к чему может привести притворство и хвастовство, как ложь становится привычкой, « неправда – ложь » в пословицах и поговорках. Хорошо ли мы знаем своих родителей, чем они озабочены и чего ждут от нас, все родители хотят видеть своих детей счастливыми и успешными, гордиться детьми, как доставить радость родителям. Почему дарят подарки, как принимать подарок, когда надо отказаться от подарка, подарки не просят. Последствия курения для организма. Что значит одеваться со вкусом, как одеваться в определённых случаях. Почему надо быть осторожным при встрече с чужими людьми, каких правил необходимо придерживаться. Хорошо ли ведут себя дети в школьной столовой, дома в гостях, сервировка стола, правила поведения за столом. Внешняя и внутренняя культура человека, как научиться контролировать своё поведение. Умеем ли мы правильно говорить, слова-паразиты, жаргон, как говорить по телефону, обращение к людям, над чем нельзя шутить и смеяться.

2. В гостях у Компьютошки. (5 часов).

Рассказать о технике безопасности при работе с компьютером в компьютерном классе или дома, какие правила необходимо выполнять, чего нельзя делать. Какой и почему должна быть освещённость при работе с компьютером, длительность работы за компьютером. Устройство глаза, почему надо беречь глаза, разучивание упражнений для глаз и физкультурных пауз.

3. Охрана жизни человека. (10 часов).

Продолжить работу над правилами безопасного поведения в школе (перемены). Повторить материал, пройденный во втором классе. Первая помощь при отравлении жидкостями, газами, пищей, дымом. Что такое тепловой удар, то происходит при этом в организме, как вести себя человеку, получившему тепловой удар. Как избежать теплового удара. Ожоги различной степени, первая помощь при ожогах, что такое отморожение, как избежать отморожений в сильный мороз, меры предосторожности. Переломы, вывихи, растяжение связок, разрыв связок, шины, способы наложения шин, как остановить кровоизлияние и кровотечение из носа. Игры.

4 класс (34 часа)

1. Мир вокруг и я в нём. (9 часов).

Типы темпераментов. Духовно-нравственное здоровье, что это такое, от чего оно зависит. Как научиться не обижать друг друга, прощать и просить прощение. Как выбирать друзей, к чему может привести неосмотрительность в выборе друга. Где нельзя знакомиться. Что стоит за детским одиночеством, как помочь ребёнку справиться с этим. Ещё раз о нецензурных словах, курении, алкоголе, наркотиках, СПИДе. Что значит быть ответственным, за что мы несём ответственность дома, в школе, на улице. Как становятся наркоманами, наркотические средства, к чему это приводит.

2. В гостях у Компьютошки. (3 часа).

Повторить технику безопасности при работе с компьютером, разучить новые комплексы зарядки для глаз и упражнения на релаксацию.

3. В поликлинике доктора Пилюлькина (14 часов).

От чего зависит утомляемость, как организовать учебный и физический труд. Двигательная активность. Из чего состоит опорно-двигательный аппарат человека, мышцы, значение, какие

нарушения могут быть, как с этим бороться. Как мы дышим, заболевания дыхательной системы и их профилактика. Сердце, как оно работает, заболевание сердечно-сосудистой системы, профилактика, функции крови. Значение ходьбы для человека. Кожа, её функции, заболевания кожи и их профилактика. Строение глаза, функции глаза, профилактика глазных заболеваний, повторить известные упражнения для глаз, выучить новые. Строение уха, заболевания органов слуха и их профилактика. Органы чувств, для чего они нужны. Строение системы пищеварения, заболевания и их профилактика. Лекарственные травы России и нашего края, как их использовать. Какие бывают витамины и для чего их применяют, правила предосторожности.

4. Охрана жизни человека. (8 часов).

Безопасное поведение в школе (уроки, перемены). Правила поведения на воде. Один дома. Где можно и нельзя играть. КВН «Путешествие в страну Здоровья и безопасности». Обобщающее занятие. Разучивание подвижных игр на свежем воздухе.

3. Тематическое планирование

1 класс

№ раздела	№ темы	Тема занятия	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся
1. Мир вокруг меня и я в нем. 12 часов				включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. осознанно использовать знания при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге; узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур. освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе; научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения; освоят навыки организации и проведения подвижных игр, в процессе игровой деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия..
	1.	Я – неповторимый человек.	2ч.	
	2.	Кто тебя окружает.	2ч	
	3.	Для чего люди общаются?	2ч	
	4.	Настроение в школе. Поведение в школе.	2ч	
	5.	Занятия после школы.	2ч	
	6.	Вредные привычки.	2ч	
2. Уроки Мойдодыра. 16 часов				
	1.	Умывание и купание..	2ч	
	2.	Забота о глазах.	2ч	
	3.	Забота о коже.	2ч	
	4.	Уход за зубами.	2ч.	
	5.	Как следует питаться.	2ч.	
	6.	Как сделать сон полезным.	2ч.	
	7.	Как закаляться. Обтирание, обливание.	2ч.	
	8.	Нужные и ненужные лекарства	2ч.	
3. Охрана жизни человека 5 ч.				
	1.	Как правильно вести себя на воде.	1ч.	
	2.	Безопасное поведение в школе (игры на переменах).	2ч.	
	3.	Народные подвижные игры. Обобщающее занятие. КВН «Уроки Мойдодыра».	2ч.	

2 класс (34 часа)

№ раз	№ темы	Тема занятия		Характеристика деятельности учащихся
1. Мир вокруг меня и я в нём. 10 часов.				начнут осознанно использовать знания при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге; узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур. освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе; научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения; освоят навыки организации и проведения подвижных игр, в процессе игровой деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия. активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
	1.	Зачем ходить в школу?	1ч.	
	2,3.	Откуда я родом?	2ч.	
	4.	Прошлое: я до школы.	1ч.	
	5.	Моё будущее.	1ч.	
	6.	Настроение плохое и хорошее.	1ч.	
	7.	Вредные привычки. Не грызи ногти.	1ч.	
	8.	Общение.	1ч.	
	9, 10.	Итоговое занятие по теме.	2ч.	
2. Уроки Мойдодыра. Правила на всю жизнь. 7 часов.				
	1.	Почему мы боеем.	1ч.	
	2, 3.	Кто и как предохраняет нас от болезней.	2ч.	
	4.	Кто нас лечит.	1ч.	
	5.	Я прививок не боюсь, если надо уколюсь.	1ч.	
	6.	Ещё раз о лекарствах.	1ч.	
	7.	Итоговое занятие по теме.	1ч.	
3. Охрана жизни человека. 17 часов.				
	1,2.	Как избежать отравлений.	2ч.	
	3,4.	Безопасное поведение в школе (игры на переменах).	2ч.	
	5,6.	Безопасность на улице при любой погоде.	2ч.	
	7.	Правила обращения с режущими, колющими предметами.	1ч.	
	8.	Что надо знать об электрическом токе.	1ч.	
	9.	Правила безопасности при обращении со спичками, газовыми приборами, петардами.	1ч.	
	10.	Правила безопасного поведения на воде.	1ч.	
	11.	Защита от насекомых.	1ч.	
	12.	Предосторожность при общении с животными.	1ч.	
	13.	Первая помощь при травмах.	1ч.	
	14.	Первая помощь при укусах собак, кошек, насекомых, змей.	1ч.	
	15,16	Игры.	2ч.	
	17.	Обобщающий урок по теме. Путешествие в город «Здоровейск».	1ч.	

3 класс. (34 часа)

№ раз	№ темы	Название темы		Характеристика деятельности учащихся
1. Мир вокруг и я в нём. 16 часов				активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.
	1.	Я продолжаю расти	1ч.	
	2.	Давай разберёмся вместе. Драться или не драться.	1ч.	
	3.	Учусь держать себя « в руках».	1ч.	
	4.	Вредные привычки человека. Алкоголь.	1ч.	
	5.	Работа над осанкой.	1ч.	
	6.	Чего не надо бояться.	1ч.	
	7.	Почему мы лжём?	1ч.	
	8.	Отношения с родителями.	1ч.	
	9.	Подарки. Как их принимать.	1ч.	
	10.	Вредные привычки. Курить – здоровью вредить.	1ч.	
	11.	« По одежке встречают...»	1ч.	
	12.	Как вести себя с незнакомыми людьми.	1ч.	
	13.	Поведение за столом.	1ч.	
	14.	Поведение в общественных местах, в гостях.	1ч.	
	15.	« Нехорошие слова», недобрые шутки.	1ч.	
	16.	Итоговое занятие.	1ч.	
2. В гостях у Компьютошки. (5 часов).				использовать знания при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге; • узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур. • освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
	1.	Как себя вести при работе с компьютером, чтобы не было беды.	1ч	
	2.	Освещённость на рабочем месте.	1ч.	
	3.	Как сохранить глаз зорким.	1 ч	
	4.	Разучивание упражнений, снимающих напряжение при работе с компьютером.	1 ч	
	5.	Итоговое занятие.	1ч.	
3. Охрана жизни человека. (10 часов).				использовать знания при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге; • узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур. • освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
	1.	Безопасное поведение в школе (уроки, перемены)	1ч.	
	2.	Травматизм и его профилактика.	1ч.	
	3.	Правила поведения на воде.	1ч.	
	4.	Правила поведения на воде.	1ч.	
	5.	Первая помощь при отравлении.	1ч	
	6.	Первая помощь при тепловых ударах, при ожогах и обморожении.	1ч.	
	7.	Первая помощь при переломах, вывихах, растяжении связок.	1 ч	
	8.	Культура здоровья рождается в семье (как в семье поддерживается и укрепляется здоровье)	1 ч	
	9.	Социальная реклама «Мы выбираем ЗОЖ!»	1 ч	
	10.	Лесная аптека.	2 ч	
	11-12.	Игры.	2 ч	
	13.	Итоговое занятие. Праздник «Посвящение в здоровячки»	1 ч	

4 класс (34 часа)

№ раз	№ темы	Тема занятия		Характеристика деятельности учащихся
1. Мир вокруг и я в нём. 9 часов				использовать знания при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге; • узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаляющих процедур.
	1.	Характер человека	1ч.	
	2.	Духовно – нравственное здоровье человека	1ч.	
	3.	О дружбе мальчиков и девочек.	1ч.	
	4.	Опасная дружба.	1ч.	
	5.	О детском одиночестве и путях его преодоления.	1ч.	
	6.	Невидимые враги человека, которые мешают ему жить.	1ч.	
	7.	Ответственность.	1ч.	
	8.	Осторожно! Наркомания.	1ч.	
	9.	Итоговое занятие.	1ч.	
2. В гостях у Компьютошки. (3 часа)				• освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
	1	Разучивание нового комплекса упражнений для глаз	1ч.	
	2	Разучивание нового комплекса упражнений для опорно-двигательного аппарата.	1ч.	
	3.	Итоговое занятие.	1ч.	Умение выражать свои мысли, Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
3. В поликлинике доктора Пилюлькина 14 ч				
	1.	Работоспособность и утомление.	1ч.	
	2.	Опорно-двигательная система. Мышцы.	1ч	

3.	Моё дыхание.	1ч.	Умение выражать свои мысли, Разрешение конфликтов, постановка вопросов. Управление поведением партнера: контроль, коррекция.
4.	Как работает сердце. Кровь.	1ч.	
5.	Ходьба и её значение для двигательной активности.	1ч.	
6.	Профилактика кожных заболеваний	1ч.	
7.	Глаз – главный помощник человека.	1ч.	
8.	Органы слуха.	1ч.	
9.	Органы чувств.	1ч.	
10.	Органы пищеварения	1ч.	
11,12	Зелёная аптека.	2ч.	
13,14	Витамины.	2ч.	
4. Охрана жизни человека. (8 часов).			
1.	Вредные привычки .Наркомания. Табакокурение.	1 ч.	
2.	Социальная реклама «Мы выбираем ЗОЖ!»	1ч.	
3.	Правила поведения на воде.	1ч.	
4.	Один дома.	1ч.	
5,6.	Где нельзя играть.	2ч.	
7.	Подвижные игры.	1 ч.	
8.	КВН «Путешествие в страну Здоровья и безопасности». Обобщающее занятие.	1ч.	

Ожидаемые результаты реализации программы:

Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников распределяются по трём уровням.

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии спортом, о способах и средствах самозащиты; о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах организации досуга других людей; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно- оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших; опыта волонтерской деятельности; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель МО учителей
начальных классов Дуданова А.В.



СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР
 Галаяутдинова Е.В.

от 30. 08 2020 года