

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ольховская прогимназия»
Ольховского муниципального района Волгоградской области

«Рассмотрено»	«Утверждаю»
на заседании МО учителей начальных классов Протокол № <u>1</u> от « <u>31</u> » <u>08</u> 20 <u>20</u> г.	Директор МБОУ «Ольховская прогимназия»  Е.В.Сухолозова/ Приказ № <u>33</u> от « <u>01</u> » <u>09</u> 20 <u>20</u> г.

Программа внеурочной деятельности
«Здоровейка»
для обучающихся 3 класса

2020 – 2021 учебный год

Составитель:
Ильменская И.П.,
учитель начальных классов

с.Ольховка

2020 – 2021 учебный год

Пояснительная записка

Общая характеристика

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» 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 «Здоровейка» направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса. Она может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

При введении обучения с использованием дистанционных технологий школа переходит на единую цифровую площадку (созданную школой), которая позволит проводить занятия синхронно и асинхронно. Будут использоваться следующие возможности для введения и отработки нового учебного материала: презентации, видеоуроки, тесты, гугл-формы, социальные сети.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» 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;

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.

Цели и задачи программы «Здоровейка» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в нашей школе, что подтверждено текстом далее.

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.

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 спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» целям и задачам основной образовательной программы учреждения будет способствовать осуществлению пролонгированного эффекта от ее реализации в педагогической практике.

Связь содержания программы внеурочной деятельности с учебной деятельностью обеспечивает единство учебной и внеучебной деятельности, что позволит сформировать у обучающихся не только мотивацию на ведение здорового образа жизни, а будет способствовать формированию знаний о социальной, психологической и соматической составляющей здоровья и уверенности в необходимости заботы о собственном здоровье.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника: игры, беседы, тесты и анкетирование, викторины, круглые столы, КВН, конкурсы рисунков, решение ситуационных задач, театрализованные представления.

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Количество часов программы внеурочной деятельности и их место в учебном плане

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» предназначена для обучающихся 3 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часа в год. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» состоит из 7 разделов:

- **«Вот мы и в школе»:** личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма;
- **«Питание и здоровье»:** основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого;
- **«Моё здоровье в моих руках»:** влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата;
- **«Я в школе и дома»:** социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона;
- **«Чтоб забыть про докторов»:** закаливание организма;
- **«Я и моё ближайшее окружение»:** развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома;
- **«Вот и стали мы на год взрослей»:** первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

Подобное содержание отражает взаимосвязь всех компонентов здоровья, подчеркивания взаимное влияние интеллектуальных способностей, коммуникативных умений, потребности в соблюдении личной гигиены, необходимости закаливания и правильного питания, эмоционального отношения к деятельности, умения оказывать первую доврачебную помощь на пропедевтическом уровне на общее благополучие человека и его успешность в различного рода деятельности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» включает в себя следующие разделы: культура питания и этикет, понятие об иммунитете, закаливающие процедуры, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края.

Содержание программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» отражает социальную, психологическую и соматическую характеристику здоровья. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

2. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

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

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- 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;
- метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» является формирование следующих умений:

- **Определять** и **высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

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

1. **Регулятивные УУД:**

- **Определять и формулировать** цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на уроке.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить **работать** по предложенному учителем плану.

- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности класса на уроке.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. **Познавательные УУД:**

- Делать предварительный отбор источников информации: *ориентироваться* в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебную литературу свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

3. **Коммуникативные УУД:**

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- *Слушать* и *понимать* речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» обучающиеся должны **знать**:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;

- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

уметь:

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

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Для реализации программы «Здоровейка» необходима материально-техническая база:

1. Учебные пособия

-натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы,): овощи, фрукты, солнце, вода, аптечка, строение глаза, виды грибы, зубные щетки, и др.;

-изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы);

-измерительные приборы: весы, часы и их модели.

2. Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор, и др.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
«Здоровейка»
3 класс
«По дорожкам здоровья»

Категория слушателей: обучающиеся 3 классов(34 часа).

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Основное содержание	Всего, час.
I	Введение «Вот мы и в школе».	Личная гигиена; значение утренней гимнастики для организма; техника безопасности в школе.	4
II	Питание и здоровье	Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого.	5
III	Моё здоровье в моих руках	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата.	7
IV	Я в школе и дома	Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона.	6
V	Чтоб забыть про докторов	Закаливание организма, распорядок дня, правильное питание.	4
VI	Я и моё ближайшее окружение	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома.	4
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.	4
	Итого:		34

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Социально одобряемая модель поведения может быть выработана только в результате вовлечения обучающихся в здоровьесберегающие практики. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, КВНы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

4.Календарно-тематический план
3 класс - 34 часа, 1 час в неделю

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Кол-во часов всего	Планируемые результаты обучения УУД	Виды и формы контроля	Дата по плану	Дата по факту
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	Личностные: - мотивация вести ЗОЖ, соблюдать правила гигиены Метапредметные Коммуникативные: -контроль, коррекция, оценка действий партнёра умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли Регулятивные: -Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя. -Проговаривать последовательность действий на уроке. -Высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану. -Уметь составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; Познавательные: -Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. -Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.			
1	«Здоровый образ жизни»	1		Устный опрос		
1.2	Личная гигиена	1		Текущий		
1.3	В гостях у Мойдодыра	1		Игра		
1.4	«Остров здоровья»	1		КВН		

II	Питание и здоровье	5							
2.1	Игра «Смак»	1						Практическая работа. Повторение материала.	
2.2	Правильное питание –залог физического и психологического здоровья	1						Устный опрос	
2.3	Вредные микробы	1						Текущий контроль	
2.4	Что такое здоровая пища и как её приготовить	1						Викторина	

-Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей;
Знать/понимать:
понятие «личная гигиена», объяснять значение утренней гимнастики для организма, факторы, укрепляющие здоровье.

Личностные:

-оценка правильность собственного питания;

-формирование этикета и культуры питания.

Метапредметные:

Коммуникативные

-Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.

-Слушать и понимать речь других.

Познавательные:

-Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя 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.

Регулятивные:

-Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

-Проговаривать последовательность действий на уроке.

-Высказывать своё предположение (версию)

			на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану. Знать основы правильного питания, владеть гигиеническими навыками культуры поведения во время приема пищи, знать кулинарные традиции современности и прошлого. Объяснять необходимость употребления витаминов в продуктах питания, необходимость разнообразно питаться; классифицировать продукты по степени полезности. Рассуждать о пользе прогулок после еды, о режиме питания, о режиме употребления жидкости, о целебных источниках и минеральной воде.			
2.5	«Чудесный сундучок»	1	Личностные: -В предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, какой поступок совершить. Метапредметные Регулятивные: -Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя. -Проговаривать последовательность действий на уроке. -Учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с наглядным пособием. -Учиться работать по предложенному учителем плану. -Учиться отличать верно выполненное задание от неверного. -Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке	Игра		
III	Мой здоровье в моих руках	7				
3.1	Труд и здоровье	1		Устный опрос		
3.2	Правильные привычки	1		Круглый стол		
3.3	День здоровья «Хочу остаться здоровым»	1		Конкурс рисунков		
3.4	Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.	1		Текущий контроль		
3.5	Беседа «Как сохранять и укреплять свое здоровье».	1		Беседа		
3.6	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	1		Круглый стол-повторение пройденного материала		

3.7	«Моё здоровье в моих руках»	1	<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя. - Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. <p>-Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.</p> <p>-Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы.</p> <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи -Слушать и понимать речь других. -Выразительно читать и пересказывать текст. <p>Знать: влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата, направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений.</p>	Текущий контроль
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобретения вредных привычек. 	
4.1	Мой внешний вид –залог здоровья	1		Самостоятельная работа

4.2	«Доброречие»	1	-формулировать социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении. Метапредметные Регулятивные: -Определять цель деятельности на уроке с помощью учителя и самостоятельно. -Учиться планировать учебную деятельность на уроке. -Высказывать свою версию, пытаться предлагать способ её проверки -Работая по предложенному плану, использовать необходимые средства. -Определять успешность выполнения своего задания в диалоге с учителем. Познавательные: -Ориентироваться в своей системе знаний: понимать, что нужна дополнительная информация (знания) для решения учебной задачи в один шаг. -Делать предварительный отбор источников информации для решения учебной задачи. -Добывать новые знания: находить необходимую информацию в предложенных учителем словарях и энциклопедиях -Добывать новые знания: извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, иллюстрация и др.). -Перерабатывать полученную информацию: наблюдать и делать самостоятельные выводы. Коммуникативные: -Донести свою позицию до других:	Устный опрос	
4.3	Спектакль С. Преображский «Капризка»	1		Спектакль	
4.4	«Бесценный дар- зрение».	1		Текущий	
4.5	Гигиена правильной осанки	1		Игра	

			оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста). -Слушать и понимать речь других. -Выразительно читать и пересказывать текст. Вступать в беседу на уроке и в жизни. Знать: гигиену одежды, правила хорошего тона.			
4.6	«Спасатели , вперёд!»	1	Личностные: -бучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым". Метапредметные: Коммуникативные	КВН		
V	Чтоб забыть про докторов	4				
5.1	Первая доврачебная помощь	1		Устный опрос		
5.2	Движение - это жизнь	1		Соревнование		
5.3	<u>День здоровья</u> «Дальше, быстрее, выше»	1	-Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи. -Слушать и понимать речь других. Познавательные: -Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя 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. Регулятивные: -Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя. -Проговаривать последовательность действий на уроке. -Высказывать своё предположение (версию)	Конкурс		

			на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану.			
5.4	«Разговор о правильном питании». Вкусные и полезные вкусности	1	Личностные: -формирование позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию. Метапредметные	Круглый стол		
VI	<i>Я и моё ближайшее окружение</i>	4	Коммуникативные:			
6.1	Мир моих увлечений	1	-контроль, коррекция, оценка действий партнёра умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли	Беседа		
6.2	Учусь быть другом	1	Регулятивные:	Игра		
6.3	«Доброта- лучшая красота». Кукольный спектакль	1	-Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя. -Проговаривать последовательность действий на уроке. -Высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану. -Уметь составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; Познавательные: -Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя 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;	Спектакль		
6.4	В мире интересного.	4	Личностные	Круглый стол		

7.1	«Вот и стали мы на год взрослей» Я и опасность.	4	-Оценивать жизненные ситуации (поступки людей) с точки зрения общепринятых норм и ценностей -Объяснять с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, почему конкретные поступки можно оценить как хорошие или плохие.	Беседа		
7.2	Лесная аптека на службе человека	1	Самостоятельно определять и высказывать основы общечеловеческих нравственных ценностей.	Практическая работа		
7.3	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	1	-В предложенных ситуациях делать выбор, какой поступок совершить. Знать первую доврачебную помощь в летний период, опасности летнего периода. Метапредметные: Коммуникативные -Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи. -Слушать и понимать речь других. Познавательные: -Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя 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. Регулятивные: -Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя. -Проговаривать последовательность действий на уроке. -Высказывать своё предположение (версию)	Игра		
7.4	Чему мы научились и чего достигли	1		Круглый стол		

Учебно-методический комплекс

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании / Методическое пособие. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012
2. Безруких М.М. и др. Разговор о правильном питании: Рабочая тетрадь / М.М. Безруких, Т.А. Филиппова. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013
3. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.
4. Бабкина, Н.В. О психологической службе в условиях учебно-воспитательного комплекса // Начальная школа – 2001 – № 12 – С. 3–6.
5. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
6. Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, 2007 г., - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)
7. Захаров, А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. - 85 с.
8. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
9. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2004. – 124 с.
10. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
11. Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2007. – 134 с.
12. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
13. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с.
14. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
15. Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 - 2003, с.57.
16. Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение. – М.: 1991. – 120 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575839

Владелец Сухолозова Елена Валентиновна

Действителен с 17.03.2021 по 17.03.2022