


**Краснодарский Край город Армавир**  
**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение –**  
**средняя общеобразовательная школа № 25**

**УТВЕРЖДЕНО**  
Решением педагогического совета  
От 30 августа 2019 года протокол №1  
Председатель  О.И. Колодезнова



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

По внеурочной деятельности «Ключи здоровья»

Класс 1-4

Учителя: Крепак Екатерина Викторовна, Лазарева Лилия Владимировна, Тимофеева Оксана Сергеевна, Вербицкая Татьяна Анатольевна, Распопова Любовь Александровна, Аристова Любовь Алексеевна, Криворучко Екатерина Александровна, Дубровяк Анастасия Андреевна, Порошина Зарема Кимовна, Конорезова Анастасия Викторовна

Количество часов: 135 часов

**Программа разработана в соответствии и на основе:**

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления развития личности «Ключи здоровья» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом как составная часть Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

на основании локального акта МАОУ-ООШ № 25 «Положение о рабочих программах учебных предметов обязательной части учебного плана МАОУ-ООШ № 25, реализующего ФГОС второго поколения» от 03.11.2017 г.

В соответствии с ФГОС начального образования.

## **1. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности**

Основная общеобразовательная программа начального общего образования 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.

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.

### **Личностные универсальные учебные действия**

#### **У выпускника будут сформированы:**

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к оценке своей учебной деятельности;
- основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие;

- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;
- основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;
- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой.

**Выпускник получит возможность для формирования:**

- *внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательной организации, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;*
- *выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;*
- *устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;*
- *адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;*
- *положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;*
- *компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;*
- *морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;*
- *установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;*
- *осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;*
- *эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь другим и обеспечение их благополучия.*

**Регулятивные универсальные учебные действия**

**Выпускник научится:**

- принимать и сохранять учебную задачу;

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и иностранном языках.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- *в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;*
- *преобразовывать практическую задачу в познавательную;*
- *проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;*
- *самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;*
- *осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;*
- *самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.*

**Познавательные универсальные учебные действия**

**Выпускник научится:**

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет;
- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
- использовать знаково-символические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные), для решения задач;

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;
- основам смыслового восприятия художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из сообщений разных видов (в первую очередь текстов);
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи;
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
- устанавливать аналогии;
- владеть рядом общих приёмов решения задач.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- *осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;*
- *записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ;*
- *создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;*
- *осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;*
- *осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;*
- *осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;*
- *осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;*
- *строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;*
- *произвольно и осознанно владеть общими приёмами решения задач.*

## **Коммуникативные универсальные учебные действия**

### **Выпускник научится:**

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

### **Выпускник получит возможность научиться:**

- *учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;*
- *учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;*
- *понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;*
- *аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;*
- *продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;*
- *с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;*
- *задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;*
- *осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;*

– адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач, планирования и регуляции своей деятельности.

**Предметные результаты** освоения учащимися содержания программы.

### **1 класс**

В результате освоения программного материала ученик получит первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, получит знания:

о режиме дня первоклассника, сне, зарядке; общении в семье, дружбе со сверстниками, закаливании организма, правилах личной гигиены, физических упражнениях, сохранении осанки, сохранении здоровья глаз, ушей, зубов.

### **2 класс**

В результате освоения программного материала ученик получит знания: Что такое здоровье, здоровом образе жизни, признаках и причинах болезней, о лекарствах, аллергии на лекарства, режиме дня второклассника, внутренних органах, дыхании, сердце, крови, как правильно питаться, что полезно для зубов, как помочь своим глазам, как закаляться, детских болезнях, прививках от болезней, правилах обращения с животными.

### **3 класс**

В результате освоения программного материала ученик получит знания: о полезных привычках, влиянии полезных привычек на здоровье человека, умению общаться, поведению в общественных местах, разговоре по телефону; бережном отношении к природе, правилах поведения в природе, помощи природе; соблюдении правил дорожного движения, причинах дорожно-транспортных происшествий, правилах перехода улиц и дорог, сигналах светофора и регулировщика; проведении досуга (Хобби. Увлечение. Коллекционирование. Игра).

### **4 класс**

В результате освоения программного материала ученик получит знания: о вредных привычках, чем грозит непослушание и нарушение правил поведения, неуважение к людям, обман, использование грубых слов; научатся культуре общения; узнают о таких понятиях, как: воровство, кража, грабёж, уголовная ответственность, kleптомания; узнают о бродяжничестве и попрошайничестве; о вреде табакокурения и заболеваниях курильщиков (кариес, рак органов дыхания); профилактике и борьбе с курением; ребята узнают, что такое алкоголизм, чем грозит злоупотребление алкоголем (Алкогольное отравление. Галлюцинации. Асоциальное поведение. Разрушение внутренних органов); узнают о наркотической зависимости, заболеваниях наркоманов: гепатит, СПИД.

В результате освоения рабочей программы внеурочной деятельности «Ключи здоровья» как составляющей Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся и в целом ООП НОО школы выпускник начальной школы будет здоровой физически, психически, нравственно, адекватно оценивающей свое место и предназначение в жизни личностью.

*Обучающиеся научатся:*

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.

*Обучающиеся узнают:*

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

*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; оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах; находить выход из стрессовых ситуаций; адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях; отвечать за свои поступки.*

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.

### **Место курса в плане внеурочной деятельности**



**Режим организации занятий** осуществляется в соответствии с утверждённым графиком внеурочной работы. Временной бюджет: 1 час в неделю (16 часов в год) для обучающихся 1-х классов, для 2-4 классов – 1 час в неделю (17 часов в год) численность группы – более 15 человек, состав постоянный.

## **2. Содержание программы в 1 классе - (33 часа)**

Программа первого года обучения включает первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене.

### **1. Введение**

Давайте познакомимся. В путь-дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся.

### **2. Режим для первоклашки**

Знайте, дети, что режим людям всем необходим. Чтоб веселым утром встать, надо ночью крепко спать. Мы зарядку любим очень, каждый быть здоровым хочет. Практическое занятие – комплекс утренней зарядки. Хочешь ты здоровым быть – по режиму нужно жить.

### **3. Моя семья**

Вот, ребята, я какой. Почему же я такой? Вот смотрите, это я, а вот и вся моя семья. Дома маме помогаю и с сестренкою гуляю. Зря хвалить себя не буду - я для папы с мамой – чудо!

### **4. Мои одноклассники**

Если с другом вышел в путь – веселей дорога. Ты с соседом не дерись, а со всеми подружись. Я с мальчишками дружу и девчонкам помогу. Социометрия.

### **5. Уроки Мойдодыра**

Моя кожа. Солнце, воздух и вода закаляют нас всегда. От простой воды, и мыла у микробов тают силы. Если буду, осторожен, не пораню себе кожу. Практическое занятие «Как правильно мыть руки».

### **6. Моя осанка**

Понятие «осанка». Сам себе не навреди, за осанкою следи. Ты сиди за партой стройно и веди себя достойно. Упражнения для осанки.

### **7. Мои глаза и уши**

Для чего у всех у нас на лице есть пара глаз. Это должен каждый знать – глазам нужно отдыхать. Практическое занятие «Гимнастика для глаз». Знайте, каждому из вас нужна пара зорких глаз. Я хочу предостеречь, уши надо нам беречь.

### **8. Мои зубы**

У ребятешек зубы есть для того, чтоб ими есть. Сам себе я помогу – свои зубы сберегу. Практическое занятие «Встреча со стоматологом»

### **Заключительный урок**

Чтоб я ни делал, никогда не причиню себе вреда. Чтобы мне здоровым стать, надо очень много знать.

**К концу 1 класса учащиеся должны знать:**

- что такое здоровье;
- важность здоровья для правильного функционирования организма человека;
- влияние здоровья на успешность учебно-воспитательного процесса;
- что такое здоровый образ жизни;
- признаки заболевания домашних питомцев;
- гигиенические правила содержания своей комнаты;
- способы самообслуживания и самоконтроля;
- мероприятия по закаливанию;
- кто такие люди – «моржи».

#### **К концу 1 класса учащиеся должны уметь:**

- беречь своё здоровье;
- вести здоровый образ жизни;
- как ухаживать за домашними питомцами;
- содержать в порядке свои вещи, рабочее место, комнату;
- закаливаться.

### **Содержание программы во 2 классе - (34 часа)**

#### **1. Введение**

Что такое здоровье. Почему лучше быть здоровым, чем больным. Здоровый образ жизни.

#### **2. Почему мы болеем?**

Признаки болезни, причины болезней. Кто и как предохраняет нас от болезней.

#### **3. Что нужно знать о лекарствах?**

Горькие и «вкусные» лекарства. Где хранить лекарства? Аллергия на лекарства. Реакция организма на прием лекарств.

#### **4. Режим для второклассника**

Моя работа и мой отдых. Сколько я сплю, играю на улице? Режим дня.

#### **5. Что у меня внутри?**

Из чего я состою? Какой орган у меня самый главный? Как органы связаны.

#### **6. Дыхание**

Какое бывает дыхание? Как я дышу, когда играю, ем, сплю. Дыхательные

#### **7. Сердце**

Как работает сердце? Что такое кровь? Как почувствовать свое сердце. Тренировка сердца.

#### **8. Зачем человек ест?**

Как правильно питаться? Овощи и фрукты. Лук от семи недугов. Золотое яблоко. Морковкина копилка. Приключения картошки. Практическое занятие

#### **9. Это полезно знать**

Мои зубы. Что полезно для зубов. Практическое занятие. Мои глаза. Как помочь своим глазам? Если хочешь быть красивым. Витамины для кожи. Чтобы ногти не ломались. Как закаляться. Защитные функции организма и

как их укреплять? Детские болезни. Прививки от болезней. Чем опасны домашние животные. Правила обращения с животными.

## **10. Чтобы мне здоровым стать, надо очень много знать**

### **К концу 2 класса учащиеся должны знать:**

- правила личной гигиены;
- гигиенические правила содержания одежды и обуви;
- правила чистки зубов;
- правила питания;
- значение витаминов для организма;
- причины травм;
- способы оказания медицинской помощи при травмах.

### **К концу 2 класса учащиеся должны уметь:**

- соблюдать правила личной гигиены;
- правильно чистить зубы;
- иметь опрятный внешний вид;
- соблюдать режим питания;
- правильно принимать пищу;
- защитить себя от простуды, травм;
- оказать помощь при травмах.

## **Содержание программы в 3 классе - (34 часа)**

### **1. Понятие о полезных привычках.**

Термин «полезная привычка». Влияние полезных привычек на здоровье человека.

### **2. Умение общаться.**

Общение. Щедрость. Пунктуальность. Правдивость. Такт. Волшебные слова. Доброе отношение к окружающим. Любовь к животным. Справедливость. Дружба. Умение дружить. Настоящий друг. Взаимопомощь. Взаимоуважение. Взаимопонимание. Работа в группах. Поведение в общественных местах. Разговор по телефону.

### **3. Бережное отношение к природе.**

Природа в опасности. Экология. Значение экологии в жизни современного человека. Взаимосвязь всех факторов на Земле. Правила поведения в природе. Бережное отношение и любовь к природе. Помощь природе.

### **4. Соблюдение правил дорожного движения.**

Правила дорожного движения. Причины дорожно-транспортных происшествий. Виновники дорожно-транспортных происшествий. Правила перехода улиц и дорог. Сигналы светофора и регулировщика. Дорожная грамота. Отряды ЮИД – помощники ГАИ.

### **5. Проведение досуга.**

Хобби. Увлечение. Коллекционирование. Развитие познавательных интересов. Общение. Игра. Правила игры. Уважение к соперникам.

### **К концу 3 класса учащиеся должны знать:**

- влияние полезных привычек на здоровье;
- принципы общения, дружбы;
- основы экологии;
- правила поведения в природе;
- причины дорожно-транспортных происшествий;
- правила дорожного движения;
- что такое хобби;
- игры на свежем воздухе и в помещении.

### **К концу 3 класса учащиеся должны уметь:**

- общаться со сверстниками;
- помогать друг другу;
- уважительно относиться к людям;
- ценить и сохранять дружбу;
- правильно вести себя в природе;
- беречь и помогать природе;
- соблюдать правила дорожного движения;
- интересно проводить досуг по средствам игр и хобби;
- работать в группах.

### **Содержание программы в 4 классе - (34 часа)**

#### **1. Понятие о вредных привычках.**

Вредные привычки. Непослушание. Нарушение правил поведения. Отсутствие взаимопонимания со старшими. Неуважение к людям. Обман.

#### **2. Использование грубых слов.**

Грубые слова. Клички. Использование ненормативной лексики. Нежелание общаться с человеком, использующим грубые слова. Культура общения.

#### **3. Воровство.**

Воровство. Кража. Грабёж. Уголовная ответственность. Клептомания.

#### **4. Бродяжничество.**

Бродяжничество. Болезни кожи, паразиты. Попрошайничество.

#### **5. Курение.**

Табакокурение. Вещество – никотин. Заболевания курильщиков (кариес, рак органов дыхания). Пассивные курильщики. Профилактика и борьба с курением.

#### **6. Алкоголизм.**

Алкоголизм. Злоупотребление алкоголем. Алкогольное отравление. Галлюцинации. Асоциальное поведение. Разрушение внутренних органов.

#### **7. Наркомания.**

Наркотики. Наркотическая зависимость. Личностные изменения человека. Заболевания наркоманов: гепатит, СПИД. Токсикомания. Галлюцинации. Наркологический диспансер. Группы психологической поддержки.

**К концу 4 класса учащиеся должны знать:**

- о вреде вредных привычек для здоровья;
- о пагубном влиянии вредных привычек на здоровье;
- о влиянии вредных привычек на личность;
- способы противостояния вредным привычкам и отрицательному влиянию окружающих.

**К концу 4 класса учащиеся должны уметь:**

- отличать вредные привычки от других привычек;
- противостоять отрицательному влиянию окружающих;
- принимать правильное решение в сложных ситуациях;
- бороться с вредными привычками;
- разъяснять близким, знакомым отрицательное влияние вредных привычек на здоровье.

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

#### 1 класс (33 часа)

| Раздел                        | Кол-во часов | Темы   | Кол-во часов | Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)   |
|-------------------------------|--------------|--|--------------|---|
| <b>Введение.</b>              | 2            | Давайте познакомимся (игра).<br>В путь-дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся.   | 2            | Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;<br>проговаривать последовательность действий при выполнении простейших упражнений для укрепления здоровья;<br>П. добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт;<br>К. выполнять правила общения с людьми;<br>жить с друзьями в мире и согласии;<br>Л. умение осуществлять информационный поиск для выполнения учебных задач; соблюдение нормы информационной избирательности.  |
| <b>Режим для первоклашки.</b> | 4            | Знайте, дети, что режим людям всем необходим.<br>Чтоб веселым утром встать,<br>надо ночью крепко спать.<br>Мы зарядку любим очень,<br>каждый быть здоровым хочет.<br>Хочешь ты здоровым быть – по режиму нужно жить. | 4            | Л: Формировать интерес к учению; осваивать роль ученика. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Выполнять режим дня, правила гигиены.<br>П: сравнивать рисунки учебника, делать выводы о значении сна в жизни человека; рассказывать о правилах подготовки ко сну, использовать для выполнения задания цветные фишки (моделировать);<br>К: работать в паре; рассказывать (на основе наблюдений) о сне животных;<br>Р: Понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить; осуществлять взаимопроверку; оценивать свои достижения на уроке<br>Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;<br>овладеть навыками самостоятельной организации безопасной деятельности;<br>П: составлять индивидуальный режим дня, отбирать и |

|                                   |   |  |   |   |
|-----------------------------------|---|--|---|---|
|                                   |   |  |   | <p>составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.</p> <p>К: общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.</p> <p>организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.</p> <p>Л: оценивать своё состояние (ощущения) после закаливающих процедур.</p>   |
| <b>Моя семья.</b>                 | 5 | <p>Вот, ребята, я какой. Почему же я такой? Вот смотрите, это я, а вот и вся моя семья. (Рисунок семьи – тест).</p> <p>Дома маме помогаю и с сестренкою гуляю (обязанности). Зря хвалить себя не буду - я для папы с мамой – чудо!</p> | 5 | <p>Л: оценивать значение семьи для человека и общества; называть по именам (отчества, фамилиям) членов своей семьи</p> <p>П: отбирать из семейного архива фотографии членов семьи во время значимых для семьи событий; интервьюировать членов семьи; оценивать значение семейных альбомов для укрепления семейных отношений; составлять экспозицию выставки;</p> <p>К: рассказывать о жизни семьи по рис. учебника; рассказывать об интересных событиях в жизни своей семьи;</p> <p>Р: Понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить; работать по плану; оценивать свои достижения на уроке.</p>                |
| <b>Мои одноклассники.</b>         | 4 | <p>Если с другом вышел в путь – веселей дорога. Социометрия. Ты с соседом не дерись, а со всеми подружись. Я с мальчишками дружу и девчонкам помогу.</p>   | 4 | <p>Л: развитие навыков сотрудничества, доброжелательности; умение слушать и уважать мнение других;</p> <p>П: фотографировать наиболее интересные события в классе, здание школы, классную комнату и т. д.</p> <p>К: формирование умений работы в группах, парах; коллективно составлять рассказ о школе и классе; умение доказать свою точку зрения; презентовать итоги коллективного проекта, сопровождая рассказ фотографиями (слайдами); оформлять фотовыставку;</p> <p>Р: понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить; формулировать выводы из коллективного обсуждения; работать по плану; оценивать</p> |
| <b>Уроки Мойдодыра. Моя кожа.</b> | 4 | <p>Солнце, воздух и вода закаляют нас всегда. От простой воды, и мыла у микробов тают силы.</p>  | 4 | <p>Р: учиться работать по предложенному учителем плану.</p> <p>П: осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений для закаливания, соблюдать правила техники</p>  |

|                         |   |  |   |   |
|-------------------------|---|--|---|---|
|                         |   | Если буду, осторожен, не пораню себе кожу.<br>Практическое занятие «Как правильно мыть руки».  |   | <p>безопасности при выполнении упражнений.<br/>К: участвовать в диалоге на уроке и в жизненных ситуациях, совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им<br/>Л: проявлять качества силы, координации и выносливости</p> <p>Р: учиться работать по предложенному учителем плану.<br/>П: учиться оказывать первую мед.помощь при повреждениях кожного покрова<br/>К: участвовать в диалоге на уроке и в жизненных ситуациях, совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им<br/>Л: проявлять качества силы, координации и выносливости.</p>   |
| <b>Моя осанка.</b>      | 4 | Понятие «осанка». Сам себе не навреди, за осанкою следи<br>Ты сиди за партой стройно и веди себя достойно. Упражнения для осанки.  | 4 | <p>Р: учиться работать по предложенному учителем плану<br/>П: знать основные признаки правильной осанки.<br/>К: усвоение системы норм и правил межличностного общения, овладение умения организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.<br/>К: проявлять качества силы, координации и выносливости</p> <p>Л.способность к адекватной самооценке с опорой на знание основных моральных норм, самостоятельности и ответственности за свои поступки в мире природы и социуме.<br/>П. перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы К. умение донести свою позицию до других; слушать и понимать речь других.</p> |
| <b>Мои глаза и уши.</b> | 5 | Для чего у всех у нас на лице есть пара глаз. Это должен каждый знать – глазам нужно отдыхать.<br>Знайте, каждому из вас нужна пара зорких глаз (охрана зрения). Практическое занятие «Гимнастика для глаз». | 5 | <p>Л: понимать , как важно следить за зрением и своевременно обращаться к специалисту<br/>Р: учиться правильно выполнять физминутки для глаз<br/>П: учащиеся научатся устанавливать аналогии между изучаемым материалом и собственным опытом;<br/>К: учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика), советы;<br/>Л: понимать , как важно следить за слухом и своевременно</p>   |



|                             |       |  |          |  |
|-----------------------------|-------|--|----------|--|
|                             |       | Я хочу предостеречь, уши надо нам беречь.  |          | обращаться к специалисту<br>Р: учиться соблюдать правила личной гигиены ушей,<br>П: знать , как важно иметь хороший слух;<br>К: учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика), советы;  |
| <b>Мои зубы.</b>            | 3     | У ребятшек зубы есть для того, чтоб ими есть.<br><b>Практическое занятие</b><br>«Встреча со стоматологом»            | <b>3</b> | Л: понимать , как важно следить за чистотой зубов и своевременно обращаться к специалисту<br>Р: учиться правильно выполнять алгоритм чистки зубов<br>П: учащиеся научатся устанавливать аналогии между изучаемым материалом и собственным опытом;<br>К: учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика), советы;  |
| <b>Заключительный урок.</b> | 2     | Чтоб я ни делал, никогда не причиню себе вреда (беседа).<br>Чтобы мне здоровым стать, надо очень много знать (тест). | <b>2</b> | Л: учащиеся научатся понимать, что здоровье – главное и невозполнимое богатство человека, которое необходимо беречь;<br>Р: учащиеся научатся оценивать результат своих действий, вносить соответствующие коррективы;<br>П: учащиеся научатся устанавливать аналогии между изучаемым материалом и собственным опытом;<br>К: учащиеся научатся воспринимать другие мнения, формулировать собственные мнения и позицию. |
| <b>ИТОГО:</b>               | 33 ч. |  |          |  |

## 2 класс (34 часа)

| Раздел                               | Кол-во часов | Темы  | Кол-во часов | Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)   |
|--------------------------------------|--------------|---|--------------|---|
| <b>Введение</b>                      | <b>2</b>     | Что такое здоровье? Почему лучше быть здоровым, чем больным. Здоровый образ жизни.                                | <b>2</b>     | Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;<br>К. формулировать собственное мнение и позицию.                              |
| <b>Почему мы боеем?</b>              | <b>2</b>     | Признаки болезни, причины болезней. Кто и как предохраняет нас от болезней.                                       | <b>2</b>     | Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;<br>П. установление причинно-следственных связей;<br>К. формулировать собственное мнение и позицию.   |
| <b>Что нужно знать о лекарствах?</b> | <b>2</b>     | Горькие и «вкусные» лекарства. Где хранить лекарства? Аллергия на лекарства. Реакция организма на прием лекарств. | <b>2</b>     | Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;<br>П. перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы;<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях. |
| <b>Режим для второклассника</b>      | <b>2</b>     | Моя работа и мой отдых<br>Сколько я сплю, играю на улице?<br>Составление режима дня                               | <b>2</b>     | Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;<br>К. умение донести свою позицию до других.   |

|                           |          |   |   |   |
|---------------------------|----------|---|---|---|
| <b>Что у меня внутри?</b> | <b>4</b> | Из чего я состою? Какой орган у меня самый главный? Как органы связаны между собой? Как помочь работать мозгу?  | 4 | Л. положительная мотивация и познавательный интерес, осознание ответственности за свое здоровье;<br>Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;<br>П. перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы;<br>К. слушать и понимать речь других.   |
| <b>Дыхание</b>            | <b>1</b> | Какое бывает дыхание? Как я дышу, когда играю, ем, сплю. Дыхательные упражнения   | 1 | Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;<br>П. умение ставить и формулировать проблемы;<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.   |
| <b>Сердце</b>             | <b>2</b> | Как работает сердце? Что такое кровь? Как почувствовать свое сердце. Тренировка сердца  | 2 | Л. положительная мотивация и познавательный интерес, осознание ответственности за свое здоровье<br>Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;<br>К. договариваться и приходить к общему решению.  |
| <b>Зачем человек ест?</b> | <b>6</b> | Как правильно питаться? Овощи и фрукты. Лук от семи недугов. Золотое яблоко.<br><br>Морковкина копилка.<br>Приключения картошки.<br>Практическое занятие по теме «Зачем человек ест?» | 6 | Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;<br>К. договариваться и приходить к общему решению.<br><br>Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;<br>П. умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что |

|   |              |  |    |   |
|---|--------------|--|----|---|
|   |              |  |    | еще нужно усвоить;<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.  |
| <b>Это полезно знать</b>                          | <b>12</b>    | <b>Мои зубы.</b> Что полезно для зубов?<br>Практическое занятие<br><b>Мои глаза.</b> Как помочь своим глазам?<br>Если хочешь быть красивым...<br>Витамины для кожи.<br>Чтобы ногти не ломались<br>Как закаляться<br>Защитные функции организма и как их укреплять?<br>Детские болезни.<br>Прививки от болезней.<br>Чем опасны домашние животные.<br>Правила обращения с животными. | 12 | Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;<br>П. умение ставить и формулировать проблемы;<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.<br><br>Л. положительная мотивация и познавательный интерес, осознание ответственности за свое здоровье;<br>Р. уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях. |
| Чтобы мне здоровым стать, надо очень много знать. | <b>1</b>     | Чтобы мне здоровым стать, надо очень много знать.  | 1  | Л. Самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. Уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;<br>К. жить с друзьями в мире и согласии.   |
| <b>ИТОГО:</b>                                     | <b>34 ч.</b> |  |    |   |

### 3 класс (34 часа)

| Раздел                               | Кол-во часов | Темы  | Кол-во часов | Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)  |
|--------------------------------------|--------------|---|--------------|--|
| <b>Понятие о полезных привычках.</b> | <b>2</b>     | Что такое полезные привычки?<br>Влияние полезных привычек на здоровье человека.   | <b>2</b>     | Л. умение осуществлять информационный поиск для выполнения учебных задач.<br>П. перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы<br>Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.   |
| <b>Умение общаться.</b>              | <b>21</b>    | Щедрость и жадность.<br>Почему мы говорим неправду.<br>Пунктуальность.<br>Умение сдерживать данное слово.<br>Доброта и справедливость.<br>Доброе отношение к животным.<br>Умение дружить. Настоящий друг.<br>С кем дружить?<br>Взаимопонимание и взаимоуважение.<br><br>Воспитанный, тактичный человек. Работа в группах.<br>Правила поведения в общественных местах (кинотеатр, музей, театр).<br>Правила поведения на улице.<br>Правила поведения в транспорте. | <b>21</b>    | Л. умение осуществлять информационный поиск для выполнения учебных задач.<br>Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя<br>П. перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы<br>К. выполнять правила общения с людьми<br><br>Л. положительная мотивация и познавательный интерес, осознание ответственности за свое здоровье<br>Р. уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.<br><br>Л. Ценить и принимать ценности «мир» «настоящий друг».<br>Р. умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  | <p>Правила поведения в школе.<br/>         Как себя вести с незнакомыми людьми.<br/>         В гостях.<br/>         Искусство вести беседу.<br/>         Волшебные слова.<br/>         Разговор по телефону.<br/>         Шутка в нашей жизни.</p> | <p>П. перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы<br/>         К. выполнять правила общения с людьми</p> <p>Л. начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях<br/>         Р. овладеть навыками самостоятельной организации безопасной деятельности<br/>         П. добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт<br/>         К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.</p> <p>Л. Ценить и принимать ценности «мир» «настоящий друг», осознание ответственности за свое здоровье<br/>         Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения<br/>         П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.<br/>         К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.</p> <p>Л. осознание себя членом общества и государства. Чувство любви к своей стране, природе<br/>         Р. учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса, группы.<br/>         П. перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы<br/>         К. выполнять правила общения с людьми</p> <p>Л. положительная мотивация и познавательный интерес, осознание ответственности за свое здоровье<br/>         Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения<br/>         П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.<br/>         К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.</p> |
|--|--|--|---|

|  |              |  |          |  |
|--|--------------|--|----------|--|
| <b>Бережное отношение к природе.</b>         | <b>2</b>     | Природа в опасности.<br>Правила поведения в природе.   | <b>2</b> | Л. положительная мотивация и познавательный интерес, осознание ответственности за свое здоровье<br>Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.   |
| <b>Соблюдение правил дорожного движения.</b> | <b>6</b>     | Правила дорожного движения.<br>Причины ДТП.<br>Правила перехода дорог и перекрестков.<br>Дорожная грамота.<br>Отряды ЮИД – помощники ГАИ.<br>Почему надо соблюдать правила дорожного движения? | <b>6</b> | Л. положительная мотивация и познавательный интерес, осознание ответственности за свое здоровье<br>Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения<br>П. перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.<br>Л. осознание себя членом общества и государства. Чувство любви к своей стране, природе<br>Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя<br>П. перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы<br>К. слушать и понимать речь других |
| <b>Проведение досуга.</b>                    | <b>3</b>     | Хобби. Коллекционирование.<br>Игра. Правила игры. Уважение к соперникам в игре.  | <b>3</b> | Л. начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях<br>Р. умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения конкретной задачи<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.  |
| <b>ИТОГО:</b>                                | <b>34 ч.</b> |  |          |  |

#### 4 класс (34 часа)

| Раздел                              | Кол-во часов | Темы  | Кол-во часов | Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)  |
|-------------------------------------|--------------|---|--------------|--|
| <b>Понятие о вредных привычках.</b> | <b>6</b>     | Вредные привычки.<br>Непослушание. Нарушение правил поведения. Отсутствие взаимопонимания со старшими.<br>Неуважение к людям. Обман.          | <b>6</b>     | Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;<br>К. формулировать собственное мнение и позицию. |
| <b>Использование грубых слов.</b>   | <b>4</b>     | Грубые слова. Клички.<br>Использование ненормативной лексики.<br>Нежелание общаться с человеком, использующим грубые слова. Культура общения. | <b>4</b>     | Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;<br>К. умение донести свою позицию до других.                |
| <b>Воровство.</b>                   | <b>4</b>     | Воровство.<br>Кража. Уголовная ответственность.<br>Грабёж.<br>Клептомания.  | <b>4</b>     | Л. личная ответственность за свои поступки;<br>Р. уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.  |
| <b>Бродяжничество.</b>              | <b>2</b>     | Бродяжничество.<br>Попрошайничество.  | <b>2</b>     | Л. положительная мотивация и познавательный интерес, осознание ответственности за свое здоровье;<br>Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;<br>П. перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы;<br>К. слушать и понимать речь других.          |
| <b>Курение.</b>                     | <b>4</b>     | Табакокурение. Вещество – никотин. Заболевания  | <b>4</b>     | Л. положительная мотивация и познавательный интерес, осознание ответственности за свое здоровье;   |



|                    |              |   |          |  |
|--------------------|--------------|---|----------|--|
|                    |              | курильщиков (кариес, рак органов дыхания).<br>Пассивные курильщики.<br>Профилактика и борьба с курением.  |          | Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;<br>П. добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт<br>К. слушать и понимать речь других.  |
| <b>Алкоголизм.</b> | <b>6</b>     | Алкоголизм. Злоупотребление алкоголем.<br>Алкогольное отравление.<br>Галлюцинации.<br>Асоциальное поведение.<br>Разрушение внутренних органов.  |          | Л. самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;<br>Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;<br>П. умение ставить и формулировать проблемы;<br>К. применять правила поведения в разных жизненных ситуациях.                                  |
| <b>Наркомания.</b> | <b>8</b>     | Наркотики. Наркотическая зависимость. Личностные изменения человека<br>Заболевания наркоманов: гепатит, СПИД.<br>Токсикомания. Галлюцинации.<br>Наркологический диспансер.<br>Группы психологической поддержки. | <b>8</b> | Л. положительная мотивация и познавательный интерес, осознание ответственности за свое здоровье<br>Р. определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;<br>П. делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;<br>К. договариваться и приходить к общему решению. |
| <b>ИТОГО:</b>      | <b>34 ч.</b> |   |          |  |

**СОГЛАСОВАНО**

Протокол заседания МО  
учителей начальных классов  
МАОУ-СОШ № 25

от 30.08.2019 года № 1

*Крепак* Крепак Е.В.  
(подпись руководителя МО)

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УВР

*Е.А. Хачатурьян* Хачатурьян Е.А.

(подпись)

30.08.2019 года