

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Моисеево – Алабушская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО
методическим советом МБОУ
Моисеево – Алабушской сош

Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместителем директора
по УВР

Рыбина Н.В.

ФИО



Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.



МП

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья» для
обучающихся 1-4 классов**

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Азбука здоровья» разработана в соответствии с

- Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения от 22.03.2021 № 115;
- ФГОС начального общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения от 31.05.2021г. № 286 (далее ФГОС НОО);
- уставом МБОУ Моисеево-Алабушской сош;
- Рабочей программой воспитания МБОУ Моисеево-Алабушской сош;
- Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся.

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Азбука здоровья» составлена на основе авторской Программы начального общего образования для 1-4 классов Обухова Л.А, Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. «Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы», с учетом требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Моисеево-Алабушская средняя общеобразовательная школа.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»

Обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства, - актуальная задача современного образования. Этот курс занятий нацелен на формирование у ребёнка ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков обучающихся по гигиенической культуре.

Здоровье человека — тема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением общего среднего образования.

По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Исследования ИВФ РАО позволяют выстроить школьные факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся:

- стрессовая педагогическая тактика;
- несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- провалы в существующей системе физического воспитания;
- интенсификация учебного процесса;

- функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
- отсутствие системной работы по формированию ценностей здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к поломке механизмов саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней. В результате существующая система школьного образования имеет здоровьезатратный характер.

По мнению специалистов-медиков, возраст от одного года до 15 лет гораздо важнее для сохранения будущего здоровья, чем от 15 лет до 60. Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся? Именно в решении этих вопросов и заключается актуальность программы «Планета здоровья».

Цель изучения курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»

Обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

Рабочая программа ориентирована на пособия:

1. Веселые уроки кота Этикета / М.А. Хаткина. Ростов н/Д: Феникс; Донецк: Кредко, 2010.
2. Поделки из разных материалов. 1 – 4 классы / В.В. Выгонов. – 2-е изд., исправл. – М.: Издательство «Экзамен», 2012.
3. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2010 г. – / Мастерская учителя.

Согласно учебному плану внеурочной деятельности на изучение курса «Азбука здоровья» отводится 135 часов:

- в 1 классе 33 часа в год (1 час в неделю),
- во 2 классе 34 часа в год (1 час в неделю),
- во 3 классе 34 часа в год (1 час в неделю),
- во 4 классе 34 часа в год (1 час в неделю).

Срок реализации рабочей программы 4 года.

При реализации программы используются различные образовательные технологии деятельностного типа, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

1 класс

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- 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;
- вести безопасный, здоровый образ жизни;
- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметные:

- интерес к познанию ухода за своим телом;
- потребность к осуществлению поступков, соответствующих здоровому образу жизни;
- осознание места и роли ЗОЖ в жизни человека;
- овладение начальными формами исследовательской деятельности.

Метапредметные результаты:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на занятии;
- развивать умение высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятии;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (рисунков, схем);
- доносить 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;
- развивать умение выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

2 класс

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- 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;
- вести безопасный, здоровый образ жизни;
- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметные:

- интерес к изучению и предупреждению заболеваний;
- потребность к осуществлению обдуманных поступков на улице, на воде, при пожаре; - осознание места и роли человека в окружающем мире;
- преобладание мотивации к изучению правил оказания первой медицинской помощи;
- овладение начальными формами исследовательской деятельности.

Метапредметные результаты:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на занятии;
- развивать умение высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятии;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схем);находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (рисунков, схем);
- доносить 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;
- развивать умение выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

3 класс

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- 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;
- вести безопасный, здоровый образ жизни;
- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметные:

- формирование представлений о здоровом образе жизни, как о неотъемлемой части жизни;
- развитие умений, связанных с изучением спортивной культуры;
- интерес к познанию норм здорового образа жизни;

Метапредметные результаты:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на занятии;
- развивать умение высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятии;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (рисунков, схем);
- доносить 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;
- развивать умение выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

4 класс

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, предупреждения заболеваний, оказания первой медицинской помощи;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметные:

- осознание места и роли ЗОЖ в жизни человека;
- формирование спортивной культуры: готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения;
- формирование физической культуры детей, совершенствование стремления учащихся к самовыражению;
- формирование позиции здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на занятии;
- развивать умение высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятии;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (рисунков, схем);
- доносить 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;
- развивать умение выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

По окончании курса выпускник научится:

- правилам здорового образа жизни;
- правилам безопасного поведения;
- правилам оказания первой медицинской помощи.

Выпускник получит возможность научиться:

- *работать со справочной литературой;*
- *выполнять физические упражнения;*
- *выполнять требуемые правила поведения;*
- *оформлять результаты своей деятельности*

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС (33 ч)

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифро
		Всего	Конт роль ные работ ы	Практ ически е работ ы	
1.	Друзи с водой	2		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/la_2_druzja_vo
2.	Забота о глазах	1			https://easyen.ru/load/nachalnykh/la_3_quot_glaza_glavnye_pom
3.	Уход за ушами	1			https://easyen.ru/load/nachalnykh/la_5_chtoby_us
4.	Уход за зубами	3		1	https://easyen.ru/load/okruzhajushhistit_zuby_i

5.	Уход за руками и ногами	1		1	https://easyen.ru/load/klassnye_charove/
6.	Забота о коже	3		2	https://multiurok.ru/files/naznachenie
7..	Как следует питаться	2		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/42
8.	Как сделать сон полезным	1			https://easyen.ru/load/klassnye_charove/
9	Настроение в школе	1		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/42
10.	Настроение после школы	1		1	https://findslide.org/pedagogika
11.	Поведение в школе	2		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/42
12.	Вредные привычки	2		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/42
13.	Мышцы, кости и суставы	2		1	https://infourok.ru/prezentaciya-42
14.	Как закаляться. Обтирание и обливание.	1			https://easyen.ru/load/klassnye_charove/
15.	Как правильно вести себя на воде	1			https://easyen.ru/load/obzh/1_klass

16.	Чтобы душа была здорова.	5		3	https://easyen.ru/load/nachalnykh/8
17	Народные игры.	1		1	https://easyen.ru/load/metodika/inme_russkie_narodnye
18.	Подвижные игры	1		1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkolig
19.	Доктора природы (обобщающее занятие)	2		1	https://multiurok.ru/files/
	Итого:	33 ч			

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС (34 ч)

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые)
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1.	Почему мы бодем	3		1	https://nsportal.ru/nachalnaya-zanyatiya-po-vneuchnoy-deyatelnosti
2.	Кто и как предохраняет нас от болезней	2		1	https://easyen.ru/load/klassnye_chasovye_zanyatiya_po_teme_s_prosvedeniya
3.	Кто нас лечит	1			https://infourok.ru/prezentaciya-v

					lehit
4.	Прививки от болезней	2		1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/interaktivnoy-d
5. 6.	Что нужно знать о лекарствах	2		1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/rabota/2013/01/15/zapc
7..	Как избежать отравлений	2		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh-otpravlen
8.	Безопасность при любой погоде	2		1	https://infourok.ru/prezentaciya 58
9.	Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте	2		1	https://nsportal.ru/zhiznedeyatelnosti/library/2023/
10.	Правила безопасного поведения на воде	1		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh-vode-vo-vremja-l
11.	Правила общения с огнем	1		1	https://easyen.ru/load/klassnye-cha 71
12.	Как уберечься от поражения электрическим током	1		1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/rabota/2017/01/28/prezentatsi
13.	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов	1		1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/rabota/2020/05/22/prezentat
14.	Как защититься от насекомых	1		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh-komyk

15.	Предосторожности при обращении с животными	1		1	https://easyen.ru/load/obzh/vnekl_yml/
16.	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом	2		2	https://infourok.ru/prezentaciya-20
17.	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении	2		2	https://infourok.ru/prezentaciya-o-teplovom-udare-otmor
18.	Первая помощь при травмах	3		3	https://infourok.ru/prezentaciya-pervaya-pomosch
19.	Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос	1		1	https://infourok.ru/prezentaciya-pp
20.	Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек	1		1	https://infourok.ru/prezentaciya-d-ukusy-nase
21.	Сегодняшние заботы медицины	3		1	https://nsportal.ru/nac-mir/2015/09/19/p
	Итого:	34			

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 КЛАСС (34 ч)

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифро
		Всего	Контрольные	Практические	

			работ ы	работ ы	
1.	Чего не надо бояться	1		1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola-nado-boyatsya
2.	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	2		1	https://nsportal.ru/nachalnaya-rabota/2013/02/04/dobrym-
3.	Почему мы говорим неправду	2		1	https://easyen.ru/load/klassnye-chleny-klassnogo-sobraniya-12
4.	Почему мы не слушаемся родителей	2		1	https://nsportal.ru/nachalnaya-rabota/2015/11/16/klassnyy-sobor-1
5.	Надо уметь сдерживать себя	2		1	https://infourok.ru/prezentatsiya-13
6.	Не грызи ногти, не ковырай в носу	2		1	https://infourok.ru/prezentatsiya-nailov-1
7.	Как относиться к подаркам	2		1	https://infourok.ru/prezentatsiya-56
8.	Как следует относиться к наказаниям	1			https://nsportal.ru/nachalnaya-rabota/2019/12/04/konspekt-konferentsii-1
9.	Как нужно одеваться	1		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh-uchitelnykh-1
10.	Как вести себя с незнакомыми людьми	1		1	https://infourok.ru/prezentatsiya-15

11.	Как вести себя, когда что-то болит	1		1	https://easyen.ru/load/okruzhajushh_e_umej_preduprez
12.	Как вести себя за столом	2		1	https://infourok.ru/prezentaciya-n
13.	Как вести себя в гостях	1		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/er_urok_7_ide
14.	Как вести себя в общественных местах	2		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/k_tvennykh_m
15.	«Нехорошие слова». Недобрые шутки.	2		1	https://infourok.ru/nehorosh
16.	Что делать, если не хочется в школу.	1			https://infourok.ru/konspekt-zanya_idti-v-shkol
17.	Чем заняться после школы	1			https://easyen.ru/load/metodika/pe_ja_letom_se
18.	Как выбрать друзей	2		1	https://infourok.ru/prezentaciya-41
19.	Как помочь родителям	1		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/k_izbezhat_vzaimr
20.	Как помочь больным и беспомощным	2		1	https://easyen.ru/load/okruzhajushh_e_umej_preduprez
21	Повторение	3			

	Итого:	34			
--	---------------	----	--	--	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4 КЛАСС (34 ч)

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифро
		Всего	Конт роль ные работ ы	Практ ически е работ ы	
1.	Наше здоровье	4		2	https://infourok.ru/prezentaciya-v-temu-nashe-zdo
2.	Как помочь сохранить себе здоровье	3		2	https://infourok.ru/prezentaciya-
3.	Что зависит от моего решения	2		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/resheni
4.	Злой волшебник табак	1			https://uchitelya.com/nachalnaya-tabak
5.	Почему некоторые привычки называются вредными	5		3	https://infourok.ru/konspekt-i-prezih-posledstviya-c
6.	Помоги себе сам	1			https://infourok.ru/prezentaciya-pomogu-

7.	Злой волшебник алкоголь	3			https://infourok.ru/zloj-
8.	Злой волшебник наркотик	2			https://infourok.ru/prezentaciya-k-narkot
9.	Мы одна семья	2		2	https://infourok.ru/prezentaciya-k-10
10.	Повторение	11		8	
	Итого:	34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1 класс

Тема раздела, урока	Кол- во часов	Дата проведения		Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		По плану	По факту		
Дружи с водой.	2				https://easyen.ru/load/nachalnykh/kruzhki-fakultativy/sovety-doktora-vody/414-1-0-5813
Советы доктора Воды.	1				
Друзья Вода и Мыло.	1				
					https://easyen.ru/load/nachalnykh/kruzhki-fakultativy/shkola-doktorov-zdorovja-2-druzja-voda-i-mylo/414-1-0-5815
Забота о глазах.	1				https://easyen.ru/load/nachalnykh/kruzhki-fakultativy/shkola-doktorov-zdorovja-3-quot-glaza-glavnye-pomoshniki-cheloveka-veka-quot/414-1-0-5816
Глаза - главные помощники человека.	1				
Уход за ушами.	1				https://easyen.ru/load/nachalnykh/kruzhki-fakultativy/shkol-doktorov-zdorovja-5-chtoby
Чтобы люди слышали.	1				

					shislyshali/414-1-0-5843
3. Уход за зубами.	3				https://infourok.ru/prezentaciya-pochemu-bolyat-zubi-3199142.html
Почему болят зубы.	1				
Чтобы зубы были здоровыми.	1				
Как сохранить улыбку здоровой	1				
Уход за руками	1				https://www.youtube.com/watch?v=R7aPDLnzc0Y
«Рабочие инструменты» человека.	1				
4. Забота о коже.	3				https://yandex.ru/video/preview/?text=видео+ролики+о+заботе+о+коже%20класс&path=yandex_search&parent-reqid=1653486036102959-1309289859344470418-sas2-0850-sas-l7-balancer-8080-BAL-3924&from_type=vast&filmId=267763375686269498
Зачем человеку кожа.	1				
Надежная защита организма.	1				
Если кожа повреждена.	1				
И. Как следует	2				https://yandex.ru/video/preview/?text=видео+ролики+о+том+как+следует+питаться.%20класс&path=yandex_search&parent-reqid=1653486101813705-9027429517774696681-sas2-0850-sas-l7-balancer-8080-BAL-7183&from_type=vast&filmId=937894485041268424
Питание - необходимое условие для жизни человека.	1				
Здоровая пища для всей семьи.	1				
II. Как сделать сон здоровым?	1				https://yandex.ru/video/preview/?text=видео+ролики+о+том+как+сделать+сон+полезным%3F%20класс&path=yandex_search&parent-reqid=1653486176439688-10133787178065644269-sas2-0850-sas-l7-balancer-8080-BAL-2841&from_type=vast&filmId=1603690095547726182
Сон - лучшее лекарство.	1				
III. Настроение в школе.	1				https://www.youtube.com/watch?v=bKZ4WSoXGYw
Как настроение?	1				
Настроение в школе.	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2018/04/27/nastroenie-posle-shkol
Я пришел из школы.	1				
IV. Поведение в школе.	2				https://yandex.ru/video/preview/?text=видео+ролики+о+поведении+в+школе

					еоролик- %20Повеление%20в%20школе%201%20класс&-path=vandex_search&parent-reqid=1653486413221716-1905954308146682747-sas2-0850-sas-l7-balancer-8080-BAL-9923&from_type=vast&filmId=347125972741243666
Я – ученик.	1				
Я – ученик.	1				
I. Вредные и.	2				https://vandex.ru/video/preview/?text=ви
Вредные привычки	1				еоролик- %20Вредные%20привычки.%201%20
Вредные привычки	1				ласс&path=vandex_search&parent-reqid=1653486465135250-9244856401137736432-sas2-0850-sas-l7-balancer-8080-BAL-2707&from_type=vast&filmId=489575017241482999
II. Мышцы, суставы.	2				https://youtu.be/xUkv5LADF-s
Скелет - наша опора.	1				
Осанка - стройная спина!	1				
	1				
V. Как себя. Обтирание и е	1				https://youtu.be/K1r3UiWNVOM
Если хочешь быть здоров.	1				
. Как правильно я на воде	1				
Правила безопасности на воде	1				
I. Чтобы душа рова.	5				https://vandex.ru/video/preview-/?text=видеоролик%20Чтобы%20душа
Делать добро спеша	1				%-20была%20здорова%201%20класс&p
Доброму всё здорово	1				h=vandex_-search&parent-reqid=1653486690635558-9399077016076117728-sas2-0850-sas-l7-balancer-8080-BAL-
Чем сердиться, лучше помириться	1				3950&from_type=vast&filmId=982908309111527478
Какой Я, какие другие	1				
Какой Я, какие другие	1				
	1				
II. Народные	1				https://youtu.be/m2FoW6eCebw
Русская игра «Городки».	1				
III. Подвижные	1				
Подвижные игры в	1				https://youtu.be/fMXU97_zjJU

помещении.					
Х. Доктора (обобщающие).	2				https://vk.com/video18938898_456239130
Доктора природы	1				
Обобщающий	1				
	33				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.

2 класс

Тема раздела, урока	Кол- во часов	Дата проведения		Форма проведения	Электронные образовательные ресурсы (цифровые)
		По плану	По факту		
Почему мы	3				https://youtu.be/ntbBgpwCKO8
Причина болезни	1				
Признаки болезни	1				
Как здоровье?	1				
Кто и как лечит нас от	2				https://youtu.be/3hvyg4Npfv4
Как организм помогает себе сам?	1				
Здоровый образ жизни	1				
II. Кто нас лечит	1				
Какие врачи нас лечат	1				https://youtu.be/OOhzWr0dum0
III. Прививки от	2				
Инфекционные болезни	1				
Прививки от болезней	1				
Что нужно знать о прививках	2				https://youtu.be/lRVMh2yt380
Какие лекарства мы выбираем.	1				
Домашняя аптечка	1				
IV. Как избежать отравлений	2				
Отравление лекарствами.	1				https://youtu.be/OSEP4yv29yO

Пищевые отравления.	1				
II. Безопасность в погоде	2				https://youtu.be/gZ-WOOOoric
Если солнечно и жарко.	1				
Если на улице дождь и гроза.	1				
III. Правила поведения в городе	2				https://youtu.be/iW7h32DL2f0
Опасность в нашем доме.	1				
Как вести себя на улице.	1				
IV. Правила поведения на дороге	1				https://youtu.be/jLCJpx6nEyl
Вода - наш друг.	1				
V. Правила поведения с огнем.	1				
Чтобы огонь не причинил вреда.	1				https://youtu.be/eW70mqVVHZ8
VI. Как уберечься от электрического тока	1				
Чем опасен электрический ток?	1				
VII. Как уберечься от укусов насекомых	1				https://youtu.be/EMIoP_vMLG8
Травма.	1				
VIII. Как уберечься от укусов насекомых	1				
Укусы насекомых.	1				https://youtu.be/dnTRr8U9Fh4
IX. Первая помощь при укусах насекомых	1				
Что мы знаем про собак и кошек	1				
X. Первая помощь при отравлении	2				https://youtu.be/0pZePB0TmOY
Отравление ядовитыми веществами.	1				
Отравление угарным газом	1				

VI. Первая помощь при перегревании, при ударе, при обморожении	2				https://www.trbzdrav.ru/article-first-aid/first-aid-sunstroke.php
Как помочь себе при тепловом ударе	1				
Как уберечься от мороза	1				
VII. Первая помощь при травмах	3				https://youtu.be/8UCYEjrTxwk
Растяжение связок и вывих костей	1				
Переломы	1				
Если ты ушибся или порезался	1				
VIII. Первая помощь при попадании чужеродных тел в глаз, ухо, нос, рот	1				https://youtu.be/ErHrecYUa6E
Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело.	1				
IX. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек	1				https://youtu.be/BuZL4is-TWM
Укус змеи.	1				
X. Современные методы профилактики заболеваний	3				https://youtu.be/PADuVlfBPgo
Расти здоровым.	1				
Воспитавай себя.	1				
Я выбираю здоровый образ жизни.	1				
	34				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2.

3 класс

Тема раздела, урока	Кол-во часов	Дата проведения		Форма проведения	Электронные образовательные ресурсы (цифровые ресурсы)
		По плану	По факту		
Чего не надо	1				https://youtu.be/azOki0SfmkU

Как воспитывать уверенность и бесстрашие?	1				
Добрым быть, чем злым, вым и жадным.	2				https://youtu.be/wP3WOuA1T0M
Учимся думать.	1				
Спешу делать добро.	1				
I. Почему мы неправду	2				
Поможет ли нам обман.	1				https://youtu.be/i_jFvVltVgw
«Неправда - ложь» в пословицах и поговорках.	1				
. Почему мы не слушаем родителей	2				
Надо ли прислушиваться к советам родителей	1				
Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	1				https://youtu.be/yFwBdulg87Q
Надо уметь любить себя	2				
Все ли желания выполнимы	1				
Как воспитать в себе сдержанность	1				
I. Не грызи языком	2				https://youtu.be/PEumKxi_2MU
Как отучить себя от вредных привычек	1				
Как отучить себя от вредных привычек	1				
II. Как относиться к подаркам	2				
Я принимаю подарок	1				https://vk.com/video-19288270_159608657
Я дарю подарки	1				
III. Как следует относиться к наказаниям	1				
Наказание	1				

					nakazanie-kak-metody.html
I. Как нужно себя вести	1				https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-k-zaniatiiu-kruzhka-vneurochnoi-de-1.html
Одежда	1				
Как вести себя с другими людьми	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2019/11/05/prezentatsiya-zabota-i-otvetstvennost
Ответственное поведение	1				
II. Как вести себя, если что-то болит	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2019/03/24/pochemu-chelovek-chuvstvuet-bol-0
Боль	1				
III. Как вести себя в столовой	2				https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-servirovka-stola-503321.html
Сервировка стола	1				
Правила поведения за столом	1				
III. Как вести себя в гостях	1				https://infourok.ru/prezentaciya-po-okruzhayuschemu-miru-mi-idyom-v-gosti-2680573.html
Ты идёшь в гости	1				
IV. Как вести себя в общественных местах	2				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/osnoyy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/2022/09/25/bezopasnost-doma-na-ulitse-v
Как вести себя в транспорте и на улице	1				
Как вести себя в театре, кино, школе	1				
V. «Нехорошие и добрые шутки»	2				https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/145594-prezentaciya-klassnogo-chasa-na-temu-vezhlivost-3-klass.html
Умеем ли мы вежливо общаться	1				
Умеем ли мы разговаривать по телефону	1				
VI. Что делать, если что-то случается в школе	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2018/06/26/prezentatsiya-k-klassnomu-chasu-ya-zdorove
Помоги себе сам	1				
VII. Чем заняться	1				https://infourok.ru/klassniy-chas-

после школы					svobodnoe-vremya-s-polzoy-prezentaciya-i-razrabotka-2521084.html
Умей организовать свой досуг	1				
VIII. Как друзей	2				https://infourok.ru/prezentaciya-druzhba-chudesnoe-slovo-klass-2728384.html
Что такое дружба	1				
Кто может считаться настоящим другом	1				
IX. Как помочь	1				https://infourok.ru/prezentaciya-k-klassnomu-chasu-na-temu-chtoby-darit-lyudyam-radost-4537509.html
Как доставить родителям радость	1				
X. Как помочь и беспомощным	2				https://infourok.ru/prezentaciya-yneurochnogo-meroprivatiya-speshite-delat-dobro-klass-722779.html
Если кому-нибудь нужна твоя помощь	1				
Спешите делать добро	1				
XI. Повторение	3				https://infourok.ru/ogonyok-zdorovya-4733198.html
Огонёк здоровья	1				
Путешествие в страну здоровья	1				
Культура здорового образа жизни. (Урок - соревнование)	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2018/07/15/zdorovyy-obraz-zhizni-3-klass
	34				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема раздела, урока	Кол-во часов	Дата изучения		Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		По плану	По факту		
Наше	4				https://youtu.be/LLYe1fzhN1k
Что такое здоровье	1				https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2021/03/26/prezentatsiya-emotsii-v-zhizni-cheloveka
Что такое эмоции	1				
Чувства и поступки	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2016/03/27/prezentatsiya-k-vneklassnomu-meropriyatiyu
Стресс	1				
II. Как помочь себе	3				https://youtu.be/BnOohYttjfg
Учимся думать и действовать	1				https://infourok.ru/prezentaciya-uchimsya-dumat-2-4-klass-5802198.html
Учимся находить причину и последствия событий	1				
Умей выбирать	1				
III. Что такое моё	2				
Принимаю решение	1				https://infourok.ru/konspekt-klassnogo-chasa-na-temu-cto-zavisit-ot-moego-resheniya-otvetstvennost-za-svoi-postupki-5063710.html
Я отвечаю за своё решение	1				
IV. Злой ник табак	1				
Что мы знаем о курении	1				https://youtu.be/ED4xP6OqNJM
V. Почему не привычки	5				https://youtu.be/37T78uG_aZM
Зависимость	1				https://infourok.ru/prezentaciya-k-klassnomu-chasu-umey-skazat-net-3505404.html
Умей сказать нет	1				
Как сказать нет	1				
Почему	1				

вредной привычке ты скажешь нет					
Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения	1				
I. Помоги	1				https://youtu.be/3AqOiLOyjiY
Волевое поведение	1				
II. Злой	3				https://youtu.be/zrfufRJEMBM
ик алкоголь					
Алкоголь.	1				
Алкоголь – ошибка.	1				
Алкоголь – сделай выбор	1				
III. Злой	2				https://youtu.be/qbOcrmCIOWE
ик наркотик					
Наркотик	1				
Наркотик - тренинг безопасного поведения	1				
. Мы одна	2				https://youtu.be/vbZ5yCiYx6U
Мальчишки и девочки	1				
Моя семья.	1				
Повторение	11				https://youtu.be/CnK7jaf30Uo
Дружба	1				
«День здоровья»	1				https://youtu.be/-9yyNUVt8W0
Умеем ли мы правильно питаться	1				https://youtu.be/ZVAaSY7DbrU
Я выбираю кашу	1				https://www.youtube.com/playlist?list=PLuieAx2IXWEtmF68UkX5u1GcLq4GOZV
Чистота и здоровье	1				
Откуда берутся грязнули? (игра - путешествие)	1				
Чистота и порядок	1				
Будем делать корошо и не	1				

Будем плохо				
Урок – КВН «Наше здоровье»	1			
«Я здоровье берегу – сам себе я по- могу»	1			
Будьте здоровы	1			
Итого:	34			

Список литературы:

1. Голованов В.П. Дополнительное образование детей и подростков: монография /В.П.Голованов, Л.Н.Буйлова, И.И.Троицкая [и др.]; под общ.ред.Н.В.Лалетина. – Сиб. фед. ун-т, Краснояр. Гос.пед. ун-т им. В.П.Астафьева [и др.]. – Красноярск, 2013. – 176 с.
2. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. — М. : Просвещение, 2011. — 223 с.
3. Казаренков В.И.Основы педагогики: интеграция урочных и внеурочных занятий школьников : учеб.пособие. — М.: Логос, 2009.
4. Провоторова, В.П. Нравственное развитие младших школьников во внеучебной деятельности [Текст] / В.П. Провоторова // Начальная школа. – 2011. - № 1. - С . 51-53.
5. Белецкая Е. А., Иванова Т. И. Формирование культуры поведения младших школьников в социокультурном пространстве образовательного учреждения (практический подход) // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2013. – Т. 4. – С. 231–235
6. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов; под ред. В.А. Горского.— М.: Просвещение, 2010.
7. Рожков М.И., Байбородова Л.В. Теория и методика воспитательной работы/ М.И. Рожков. Ростов н/Д.: Феникс, 2010.
8. Веселые уроки кота Этикета / М.А. Хаткина. Ростов н/Д: Феникс; Донецк: Кредко, 2010.
9. Поделки из разных материалов. 1 – 4 классы / В.В.Выгонов. – 2-е изд., исправл. – М.: Издательство «Экзамен», 2012.
10. Золотарева, А. В. Методика преподавания по программам дополнительного образования детей: учебник и практикум для СПО / А. В. Золотарева, Г. М. Криницкая, А. Л. Пикина. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 315 с
11. Шинкаренко Андрей Семенович Педагогическая модель формирования безопасного и здорового образа жизни школьников // Вестник КемГУ. 2015. №1-2 (61).

12. Каменская В.Г, Детская психология с элементами психофизиологии: Учебное пособие / Каменская В.Г., - 2-е изд., испр. и доп. - М.:Форум, НИЦ ИНФРА-М, 2014.-288 с.