

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

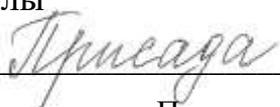
Министерство образования и науки Мурманской области

Управление образования Администрации города Апатиты

МБОУ СОШ № 5 г. Апатиты

СОГЛАСОВАНО

Методическим Советом
ШКОЛЫ



Присада О.Н.
№5 от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Кертес О.Д.
110/2-о от «31» августа 2024г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Здоровье на Севере»,

реализуемая в рамках проекта «Точка роста»

Направленность: естественнонаучная

Уровень программы: стартовый (ознакомительный)

Возраст 7 – 11 лет

Срок реализации: 4 года



**Апатиты
2024**

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Наше будущее – наши дети. Состояние здоровья подрастающего поколения важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее.

По результатам многочисленных исследований здоровье школьников с 1 класса ухудшается, все больше с каждым годом его обучения в школе. Одна из причин – низкая двигательная активность и нахождение значительного времени в статичном сидячем положении за партой в школе, за компьютером дома. Поэтому необходимо сделать акцент на активное формирование у подрастающего поколения установок на здоровый образ жизни, культуры здоровья.

Приоритетной целью российской системы образования является развитие учащихся: личностное, познавательное, общекультурное. Личность ученика становится центром внимания педагогики. Для реализации этой цели разработан Федеральный государственный стандарт второго поколения, предусматривающий в учебном плане образовательных учреждений раздел «Внеурочная деятельность» по различным направлениям развития личности.

Программа «Моё здоровье» представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности школьников по формированию здорового и правильного образа жизни и включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Программа внеурочной деятельности «Моё здоровье» начинается с первого класса и рассчитана на четыре года обучения. Занятия проводятся 1 час в неделю, всего 33 ч в 1 классе и 34 ч во 2-4 классах. Программа подразделяется на 6 самостоятельных разделов. В каждом классе темы разделов повторяются и подаются по спирали, что соответствует возрастающему объему знаний обучающихся. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Мое здоровье», 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.

Направленность: естественнонаучная

Уровень программы: стартовый (ознакомительный)

Тип программы: дополнительная общеразвивающая.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 года № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»; – Постановление Министерства Здравоохранения РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Сан-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ

Адресат программы: Программа предназначена для детей в возрасте 7-11 лет, набор в группу свободный, состав переменный.

Срок освоения программы: 4 года.

Объем программы: 144 часа.

Режим занятий: 1 день в неделю.

Продолжительность занятий – по 1 академическому часу (учебный час продолжительностью 45 мин.).

Наполняемость групп – 12-25 человек.

Формы организации образовательного процесса: основная форма образовательного процесса – групповая. В процессе обучения применяются такие виды занятий: акции; квест, квиз; мастер-класс; экскурсии; соревнования; представления, выступления, фестивали; дебаты, дискуссии, консилиумы, круглые столы, конференции; встречи с интересными людьми.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Основные цели программы:

- формирование представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- формирование основ ЗОЖ;
- формирование осознанного стремления выполнять правила личной гигиены и ЗОЖ;
- углубление представлений о детском организме, ухода за ним, своих личностных качествах и достоинствах;
- формирование основ поведения в обществе, осознание своих прав и обязанностей перед ним;
- расширение и систематизация представлений учащихся по организации безопасности жизни.

Цели программы конкретизируют следующие **задачи:**

- ознакомление с основами формирования ЗОЖ;
- формирование представлений о необходимости бережного отношения к своему здоровью в период роста;
- формирование навыков оценки своего физического состояния;
- формирование навыков здоровьесберегающего поведения;
- обогащение знаниями, способствующими присвоению определенных норм морали, нравственности;
- формирование основ межличностного общения в детском коллективе;
- развитие познавательной активности, наблюдательности, умения слушать других, излагать и обосновывать свою точку зрения.

Занятия проводятся с использованием профилактических методик, например, оздоровительной гимнастики (пальчиковая, корригирующая, дыхательная, для профилактики простудных заболеваний, для бодрости и т.д.); самомассажа, применением функциональной музыки, чередованием занятий с высокой и низкой двигательной активностью. Занятия проводятся с использованием таких средств как сюжетно-ролевые игры, отработка этикета в движении, эмоциональные разрядки и «минутки покоя», гимнастика, танцевальные упражнения, инсценировка, викторины, конкурсы, просмотр мультфильмов, посещение библиотеки, и т.д.

Использование различных форм и методов проведения занятий способствует усвоению и систематизации знаний в области здоровьесбережения; развитию познавательной сферы обучающихся, формированию нравственного сознания и нравственного поведения, волевых качеств, творческого отношения к любому виду деятельности.

Методика работы с детьми должна строиться в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребенком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей. Материал, используемый на занятиях, должен содержать доступную, достаточную и достоверную информацию. Учитывая уровень информированности детей, тематику занятий можно углублять и расширять.

К реализации данной программы учитель может привлекать учителей предметников, педагогов дополнительного образования, школьного психолога, врача, родителей.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

Данная программа строится на принципах:

- **Научности;** в основе которых содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.
- **Доступности;** которых определяет содержание курса в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.
- **Системности;** определяющий взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов предлагаемого курса.

При этом необходимо выделить **практическую направленность** курса

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

- **Обеспечение мотивации**

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

Занятия носят научно-образовательный характер.

Основные виды деятельности учащихся:

навыки дискуссионного общения; опыты; игра.

1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН НА ВЕСЬ ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ

МОДУЛЬ 1. «Я и мое здоровье» (7-9 лет)

№ п/п	Тема урока	Количество часов		ЭОР Цифровые лаборатории «Точка роста»
		Всего	Практические работы	
Раздел 1. Здравствуй, это я! (6ч)				
1.	Урок улыбки	1	Учебная игра «Будь внимательным»,	
2.	Урок улыбки	1	Учебная игра «Волшебный	

			цветик – семицветик»	
3.	Я – ученик	1	Экскурсия по школе	
4.	Я – ученик	1		
5.	Я – особенный	1		
6.	Я – особенный	1		
Раздел 2. Я и мое здоровье (20ч)				
7.	Мое здоровье. Что такое ЗОЖ?	1	Игра «Можно – нельзя»	
8.	Мое здоровье. Что такое ЗОЖ?	1		
9.	Режим дня первоклассника	1		
10.	Режим дня первоклассника	1	Игра «Веселый будильник»	
11.	Я и мое тело	1		
12.	Я и мое тело	1		
13.	Осанка	1		
14.	Осанка	1		
15.	Динамический урок «Улучшим осанку»	1	Игры для формирования правильной осанки. «Ванька-встанька»	
16.	Динамический урок «Улучшим осанку»	1	Игры для формирования правильной осанки. «Лошадки»	
17.	Основы личной гигиены	1		
18.	Основы личной гигиены	1		
19.	В гостях у Мойдодыра	1		
20.	В гостях у Мойдодыра	1		
21.	Уроки королевы Зубной Щетки	1		Рекомендации по выбору правильных зубных паст и щеток
22.	Уроки королевы Зубной Щетки	1		
23.	Береги глаз как алмаз	1		Муляж органа зрения и учебные плакаты.
24.	Береги глаз как алмаз	1		
25.	Режим труда и отдыха. «Веселые физминутки»	1		
26.	Режим труда и отдыха. «Веселые физминутки»	1		
Раздел 3. Вредные привычки (6ч)				
27.	Что такое «вредные привычки»?	1		
28.	Что такое «вредные привычки»?			
29.	Что такое «вредные привычки»?			
30.	О вреде курения	1		
31.	О вреде курения	1		
32.	О вреде курения	1		

Раздел 4. Гигиена питания (12ч)				
33.	Питание – основа жизни	1		
34.	Питание – основа жизни	1		
35.	Гигиенические правила приема пищи	1		
36.	Гигиенические правила приема пищи	1		
37.	Правила поведения за столом	1		
38.	Правила поведения за столом	1		
39.	Где и как готовят пищу	1		
40.	Где и как готовят пищу	1		
41.	«Лесная столовая»	1		
42.	«Лесная столовая»	1		
43.	Предупреждение пищевых отравлений	1		
44.	Предупреждение пищевых отравлений	1		
Раздел 5. Этика и этикет (15ч)				
45.	Этикет прихода и ухода из школы	1	Учебные игры: «Ученик входит в класс до начала урока»	
46.	Этикет прихода и ухода из школы	1	Учебные игры: «Ученик опоздал на урок»,	
47.	Этикет прихода и ухода из школы		Учебные игры: «Ученик уходит домой раньше остальных»	
48.	Внешний вид учащихся	1		
49.	Внешний вид учащихся	1		
50.	Этикет поведения учащихся на перемене	1		
51.	Этикет поведения учащихся на перемене	1		
52.	Правила содержания учебных вещей	1		
53.	Правила содержания учебных вещей	1		
54.	Учись учиться	1		
55.	Учись учиться	1	Игра «Можно – нельзя»	
56.	Занятия в кружках по интересам	1		
57.	Занятия в кружках по интересам	1		
58.	Я и моя семья	1		

59.	Я и моя семья	1		
Раздел 6. Основы безопасности и профилактика детского травматизма (13ч)				
60.	Безопасный маршрут	1		
61.	Безопасный маршрут	1	Игра «Светофор»	
62.	Ситуации – «ловушки»	1	Ситуации, в которые часто попадают дети: «закрытый обзор»	
63.	Ситуации – «ловушки»	1	Ситуации, в которые часто попадают дети: «отвлечение внимания»	
64.	Ситуации – «ловушки»	1	Ситуации, в которые часто попадают дети: «пустынная улица»	
65.	Ситуации – «ловушки»	1	Ситуации, в которые часто попадают дети: «середина проезжей части»	
66.	Ситуации – «ловушки»	1	Ситуации, в которые часто попадают дети: «родитель с детьми»	
67.	Поведение во время перемен, подвижных игр	1	Игры в помещении «Дедушка – рожок», «Море волнуется».	
68.	Поведение во время перемен, подвижных игр	1	Игры в помещении «Коза», «Игровая».	
69.	Поведение во время перемен, подвижных игр	1	Игры в помещении «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».	
70.	Поведение во время перемен, подвижных игр	1	Игры в фанты.	
71.	«Осторожно – огонь!»	1	Сигналы оповещения	
72.	«Осторожно – огонь!»	1	Учебная эвакуация	

МОДУЛЬ 2. «Здоровье на Севере» (9-11 лет)

№ п/п	Тема урока	Количество часов		ЭОР Цифровые лаборатории «Точка роста»
		Всего	Практические работы	
73.	Путешествие в страну здоровья	1		
74.	Правильное питание – залог здоровья	1	Обнаружение нитратов в листьях и плодах	Побеги комнатных растений. Зеленые яблоки. Ступка с пестиком, ножницы. Воронка, марля. Цифровой датчик концентрации ионов, электрод нитрат-анионов, электрод сравнения
75.	Правильное питание – залог здоровья	1		
76.	Берегите зубы. Выбор зубной щетки, зубной пасты	1	Разработать правила ухода за зубами	Рекомендации по выбору правильных зубных паст и щеток

77.	Берегите зубы. Выбор зубной щетки, зубной пасты	1		
78.	Гигиена зрения	1	Правила выполнения упражнений для глаз	Муляж органа зрения и учебные плакаты.
79.	Гигиена зрения	1		
80.	Уход за кожей лица, рук, ног.	1	Раскрыть роль кожи в терморегуляции. Закаливание. Приемы помощи при тепловом и солнечном ударе.	Цифровая лаборатория по физиологии (датчик температуры и влажности)
81.	Уход за кожей лица, рук, ног.	1		
82.	Уход за ногтями	1		
83.	Организация учебного труда. Гиподинамия	1	Практическая работа «Измерение правильной осанки. Комплекс упражнений»	Работа с муляжом «Скелет человека»
84.	Организация учебного труда. Гиподинамия	1		
85.	Нормы питания и режим питания	1	Определение тренированности организма по функциональной пробе	Цифровая лаборатория по физиологии (датчик частоты дыхания, ЧСС, артериального давления)
86.	Нормы питания и режим питания	1		
87.	Строение организма человека (клетки, ткани, органы, системы органов)	1		Цифровая лаборатория (Микроскоп цифрой, микропрепараты, лабораторное оборудование)
88.	Строение организма человека (клетки, ткани, органы, системы органов)	1		
89.	Зачем человеку нервы?	1	Изучение строения и значения центральной и периферической нервной системы	
90.	Зачем человеку нервы?	1		
91.	Как кровь защищает нас от болезней?	1	Сравнение крови человека с кровью лягушки	Цифровая лаборатория (Микроскоп цифрой, микропрепараты)
92.	Как кровь защищает нас от болезней?	1		
93.	Как работает сердце?	1	Функциональная сердечно-сосудистая проба	Цифровая лаборатория по физиологии (датчик ЧСС, артериального давления)
94.	Как работает сердце?	1		
95.	Работа мышц	1	Объяснять причины наступления утомления мышц, формулировать правила гигиены физических нагрузок	Цифровая лаборатория по физиологии (датчик силомер)
96.	Работа мышц	1		
97.	Измерение влажности и температуры в разных зонах	1		Цифровая лаборатория по физиологии (датчик

	класса			температуры и датчик влажности)
98.	Измерение влажности и температуры в разных зонах класса	1		
99.	Определение основных характеристик артериального пульса на лучевой артерии	1	Познакомиться с общими закономерностями функционирования сердечно-сосудистой системы, научиться пальпаторному методу исследования пульса	Секундомер, часы со стрелкой.
100.	Определение основных характеристик артериального пульса на лучевой артерии	1		
101.	Что происходит в легких? Строение легких.	1	Состав вдыхаемого и выдыхаемого воздуха	Цифровая лаборатория по экологии (Датчик окиси углерода, кислорода, влажности)
102.	Что происходит в легких? Строение легких.	1		
103.	Что происходит внутри уха?	1	Изучение строения уха	Муляж слухового аппарата.
104.	Заболевания органов слуха.	1		
105.	Первая помощь при отравлениях.	1	Способы оказания первой помощи	Интернет ресурсы, учебные плакаты.
106.	Первая помощь при отравлениях.	1		
107.	Как вылечить простуду без лекарств?	1		Гербарий лекарственных растений. Интернет ресурсы
108.	Как вылечить простуду без лекарств?	1		
109.	Удивительное путешествие в город полезных напитков	1	Изучение кислотнощелочного баланса продуктов	Цифровая лаборатория по экологии (датчик pH), 6 мерных стаканов, продукты: молоко, кока-кола, минеральная вода, кофе, апельсиновый сок, дистиллированная вода
110.	Удивительное путешествие в город полезных напитков	1		
111.	Виды кровотечения и оказания первой помощи.	1	Изучить причины движения крови по сосудам. Различать артериальное кровотечение, венозное, капиллярное и внутреннее	Цифровая лаборатория по физиологии. Жгут и медицинский бинт.
112.	Виды кровотечения и оказания первой помощи.	1		
113.	Приемы закаливания организма.	1		Учебные пособия, электронные таблицы. Учебный фильм
114.	Приемы закаливания организма.	1		
115.	Вред табакокурения.	1	Называть органы,	Цифровая лаборатория по

116.	Вред табакокурения.	1	участвующие в процессе дыхания. Называть факторы болезней органов дыхания. Объяснять важность дыхательной гимнастики для здоровья человека	физиологии (датчик частоты дыхания, датчик окиси углерода, кислорода)
117.	Природа и безопасность.	1		Учебные пособия, электронные таблицы, плакаты, гербарий)
118.	Ядовитые растения	1		
119.	Инфекционные заболевания	1		Учебные пособия, электронные таблицы, плакаты)
120.		1		
121.	Профилактика гриппа, ОРВИ и вирусных заболеваний	1		Видео урок.
122.	Профилактика гриппа, ОРВИ и вирусных заболеваний	1		
123.	Предвидение опасной ситуации	1		Интернет ресурсы
124.	Предвидение опасной ситуации	1		
125.	Первая помощь при травмах: растяжение связок, вывихах суставов, переломах костей.	1	Профилактика травматизма	Работа с муляжом «Скелет человека», электронные таблицы и плакаты.
126.	Первая помощь при травмах: растяжение связок, вывихах суставов, переломах костей.	1		
127.	Значение бактерий в природе и жизни человека	1	Сравнивать и оценивать роль бактерий в природе и в жизни человека.	Микроскоп цифровой, микропрепараты.
128.	Значение бактерий в природе и жизни человека	1		
129.	Телевизор, компьютер, телефон влияние на здоровье человека	1		Видео урок. Электронные таблицы и плакаты.
130.	Телевизор, компьютер, телефон влияние на здоровье человека	1		
131.	Экология и здоровье.	1		Видео урок. Электронные таблицы и плакаты.
132.	Экология и здоровье.	1		
133.	Экология и здоровье.	1		
134.	От охраны здоровья к успеху в учебе.	1		Видео урок. Электронные таблицы и плакаты.
135.	От охраны здоровья к успеху в учебе.	1		
136.	От охраны здоровья к успеху в учебе.	1		

137.	В здоровом теле – здоровый дух	1		Видео урок. Электронные таблицы и плакаты.
138.	В здоровом теле – здоровый дух	1		
139.	Солнце,воздух и вода – наши лучшие друзья.	1		Видео урок. Электронные таблицы и плакаты.
140.	Солнце,воздух и вода – наши лучшие друзья.	1		
141.	Безопасные каникулы	1		Видео урок. Электронные таблицы и плакаты.
142.	Безопасные каникулы	1		
143.	Безопасные каникулы	1		
144.	Безопасные каникулы	1		

1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Раздел 1. Здравствуй, это я! (6ч)

Тема 1-2. Урок улыбки

Знакомство детей с учителем и между собой. Формирование умения задавать вопросы по теме «Знакомство». Развитие речи, внимания, коммуникативных навыков. Учебная игра «Будь внимательным», «Волшебный цветик – семицветик».

Тема 3-4. Я – ученик

Формирование представлений о школе, школьниках, учителях. Правила поведения в школе, на уроках, на перемене. Правила вежливости. Права и обязанности школьников. Экскурсия по школе.

Тема 5-6. Я – особенный

Формирование умения поделиться своими представлениями о себе. Индивидуальные особенности сверстников. Введение понятия «противоречие». Обсуждение противоречия «люблю - не люблю».

Раздел 2. Я и мое здоровье (20ч)

Тема 1-2. Мое здоровье. Что такое ЗОЖ?

Содержание понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Сравнение понятий «здоровье» и «болезнь». Игра «Можно – нельзя».

Тема 3-4. Режим дня первоклассника

Режим – одно из важнейших условий успешной учебы и хорошего здоровья. Формирование умения выполнять режим дня. Игра «Веселый будильник».

Тема 5-6. Я и мое тело

Строение тела человека (общий обзор). Части тела человека и их функциональное предназначение. Просмотр видеofilьма.

Тема 7-8. Осанка

Осанка. Правильная посадка при чтении и письме. Значение правильной посадки для формирования осанки. Формирование убеждения в необходимости правильной посадки (эстетическая, гигиеническая и учебная мотивация). Игра «Великаны – карлики».

Тема 9-10. Динамический урок «Улучшим осанку»

Разучивание комплекса физических упражнений, направленных на формирование правильной осанки. Игры для формирования правильной осанки. «Ванька-встанька», «Лошадки».

Тема 11-12. Основы личной гигиены

Значение соблюдения правил личной гигиены для здоровья. Культура поведения. Поддержание порядка и чистоты одежды, обуви, учебных принадлежностей. Конкурс загадок.

Тема 13-14. В гостях у Мойдодыра

Чистая кожа – основное требование личной гигиены. От чего загрязняется кожа. Уход за кожей. Формирование навыка мытья рук, ног, тела, смены белья. Просмотр мультфильма «Мойдодыр».

Тема 15-16. Уроки королевы Зубной Щетки

Для чего нужны зубы? Молочные и постоянные зубы. Почему зубы начинают болеть. Больные зубы – причина многих недугов. Что бывает при потере зуба. Как чистить зубы.

Тема 17-18. Береги глаз как алмаз

Глаза – важный источник информации об окружающем мире. Как беречь глаза. Организация зрительного режима. Воспитание правильной посадки во время занятия – основа сохранения зрения. Разучивание простых упражнений для отдыха глаз.

Тема 19-20. Режим труда и отдыха. «Веселые физминутки»

Физкультминутка и ее значение. Разучивание разнообразных по форме проведения физкультминуток: танцевально-ритмические, двигательные-речевые, физкультурно-спортивные, когнитивные, двигательные действия и задачи.

Раздел 3. Вредные привычки (4ч)

Тема 1-2. Что такое «вредные привычки»?

Содержание понятия «вредные привычки». Какие бывают вредные привычки. В чем их опасность. Как от них избавиться. Игра «Волшебное зеркало».

Тема 3-4. О вреде курения

Формирование представления о вреде табакокурения на детский организм и состояние здоровья в целом. Просмотр видеофильма.

Раздел 4. Гигиена питания (12ч)

Тема 1-2. Питание – основа жизни

Значение питания для развития и жизнеспособности человеческого организма. Питание человека на различных возрастных стадиях. Значение разнообразной пищи для растущего организма.

Тема 3-4. Гигиенические правила приема пищи

Правила питания. Значение культурно-гигиенических навыков приема пищи. Игра «Можно – нельзя».

Тема 5-6. Правила поведения за столом

Изучение правил культурного поведения за столом. Просмотр мультфильма «Три медведя».

Тема 7-8. Где и как готовят пищу

Кухонные принадлежности, электроприборы и их использование. Экскурсия в школьную столовую.

Тема 9-10. «Лесная столовая»

Лесные ягоды, орехи. Съедобные и несъедобные грибы. Способы хранения и блюда из лесных даров. Работа на листочках «Съедобные и несъедобные грибы».

Тема 11-12. Предупреждение пищевых отравлений

Беседа школьного врача о причинах пищевых отравлений, мерах их профилактики.

Раздел 5. Этика и этикет (14ч)

Тема 1-2. Этикет прихода и ухода из школы

Содержание понятий «этика» и «этикет». Этика и этикет младшего школьника. Школьный этикет. Правила прихода и ухода из школы. Учебные игры: «Ученик входит в класс до начала урока», «Ученик опоздал на урок», «Ученик уходит домой раньше остальных».

Тема 3-4. Внешний вид учащихся

Внешний вид учащегося. Виды одежды: школьная (деловая), спортивная, домашняя, уличная, рабочая.

Тема 5-6. Этикет поведения учащихся на перемене

Правила поведения на перемене и подготовка к уроку. Разучивание подвижных игр, которые можно использовать на перемене.

Тема 7-8. Правила содержания учебных вещей

Правила ухода за рабочим местом в классе, оформление письменных работ, сохранение учебных вещей, школьного имущества. Просмотр мультфильма «В стране невыученных уроков».

Тема 9-10. Учись учиться

Знакомство с умениями, которыми должен овладеть школьник в результате обучения в начальной школе и отрабатывать их на уроке. Разбор ситуаций. Игра «Можно – нельзя».

Тема 11-12. Занятия в кружках по интересам

Содержание понятия «увлечение». Какие бывают увлечения. Кружки по интересам. Анкетирование «Мои увлечения».

Тема 13-14. Я и моя семья

Содержание понятия «семья», представление о взрослых людях, детях, их взаимоотношениях. Понимание многообразия социальных ролей, выполняемых членами семьи. Традиции и любимые занятия членов семьи. Выставка фото – сочинений «Моя семья».

Раздел 6. Основы безопасности и профилактика детского травматизма (8ч)

Тема 1-2. Безопасный маршрут

Домашний адрес. Дорога от школы до дома. Составные части улицы. Правила перехода проезжей части. Занятие на транспортной площадке. Игра «Светофор».

Тема 3-4. Ситуации – «ловушки»

Ситуации, в которые часто попадают дети: «закрытый обзор», «отвлечение внимания», «пустынная улица», «середина проезжей части», «родитель с детьми». Просмотр видеофильма.

Тема 5-6. Поведение во время перемен, подвижных игр

Элементарные правила безопасности при проведении подвижных игр. Опасности открытого окна. Опасности катания на перилах. Игры в помещении «Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл». Игры в фанты.

Тема 7-8. «Осторожно – огонь!».

Что такое экстремальная ситуация. Поведение при пожаре. Сигналы оповещения. Учебная эвакуация.

1.3.3 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предполагаемый результат:

Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник начальной школы.

В результате усвоения программы учащиеся должны уметь:

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

Учащиеся должны знать:

- 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.

Формирование универсальных учебных действий Личностные

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- осознание ответственности человека за общее благополучие;
- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;
- положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям по программе;
- способность к самооценке;
- начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях.

Метапредметные

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;
- установление причинно-следственных связей;

Регулятивные

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;
- умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;

Коммуникативные

В процессе обучения дети учатся:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- ставить вопросы;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.