

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №10»**

РАССМОТРЕНО на заседании методического объединения учителей начальных классов Руководитель _____/ Фищенко О.А./ Протокол №1 от «28» августа 2024 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР _____/Величко В. Г./ «29» августа 2024 г.	УТВЕРЖДЕНО Протокол заседания педагогического совета №1 от 30 августа 2024 г. Председатель педсовета _____/Коган Л. Г./ Приказ № 117-ОД от «30» августа 2024 г.
---	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
по спортивно-оздоровительному направлению
«Час здоровья»
для обучающихся 1-4 классов

г. Рославль, 2024 год

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Час здоровья» для 1-3 классов разработана на основе:

1. Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ.
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования от 31 мая 2021 г. № 286 (с изменениями).
3. Федеральной образовательной программы начального общего образования от 18.05.2023 N 372 (Зарегистрировано в Минюсте России 12.07.2023 N 74229) (с изменениями).
4. Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
5. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28.
6. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (вместе с «СанПиН 1.2.3685-21.Санитарные правила и нормы...») (Зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021 N62296).
7. Учебного плана МБОУ «Средняя школа № 10» на 2024– 2025 учебный год.
8. Авторской программы «Школа докторов Природы или 135 уроков здоровья» Л.А.Обуховой, Н.А. Лемяскиной для 1-4 классов.
9. Рабочей программы воспитания МБОУ «Средняя школа №10»

Цель курса: раскрыть детям основы здорового образа жизни, позволяющие эффективно решать одну из самых актуальнейших задач современного образования — формирование здорового образа жизни младших школьников (обучение детей элементарным приёмам здорового образа жизни (ЗОЖ), содействие оздоровлению учащихся).

Задачи

Образовательные:

- обучение детей профилактическим методикам — оздоровительная гимнастика, пальцевая, корригирующая, дыхательная, для профилактики простудных заболеваний, для бодрости, самомассаж;
- обучение детей простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах;
- привитие детям элементарных гигиенических навыков (мытьё рук, использование носового платка при чихании и кашле и т. д.).

Воспитательные:

- желание быть *здоровым душой и телом*;
- стремиться *творить своё здоровье*, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия;
- приобретение навыков *самосовершенствования* при получении знаний о том, от чего зависит наше здоровье.

Развивающие:

- самостоятельное экспериментирование и поисковая активность детей побуждают их к *творческому* отношению при выполнении заданий;
- обучение любви к себе, к людям, к жизни развивают *гармонию* с собой и с миром;
- формирование позиции признания *ценности здоровья*, чувства *ответственности* за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

Данная **программа ориентирована** на детей 1-3 классов общеобразовательной школы: 1 класс – 33 часа, 2-3 классы – 34 часа.

Общая характеристика

Содержания занятий наполнены сказочными и игровыми сюжетами и персонажами.

Наряду с теоретическим материалом ученикам предлагаются *практические рекомендации, игры и упражнения, тренинги*. Один из разделов посвящен профилактике заболеваний у детей младшего школьного возраста и оказанию доврачебной помощи.

Уроки по валеологии носят *творческий характер*. С детьми проводятся занятия разных видов: беседы, оздоровительные минутки, тренинги, деловые игры («Скорая помощь», «Доктора природы», «Вопросы-ответы»), комплекс упражнений, общение с природой и др.

Беседы включают вопросы гигиены, питания, закаливания, строения человека, ведения индивидуальной программы, паспорта здоровья; вопросы, связанные с факторами, укрепляющими и разрушающими здоровье, и т.д.

В одной беседе может быть затронуто одно или несколько направлений.

Оздоровительные минутки включают не только физические упражнения, но и *«этюды для души»* (например: «Сотвори солнце в себе»). Оздоровительные паузы комбинируются, включая физические упражнения для осанки и несколько упражнений для глаз, рук или стоп и т.д. Задача оздоровительных пауз — дать знания, выработать умения и навыки, необходимые каждому ребёнку для укрепления позвоночника, стоп, рук, для красивой осанки, снятия усталости, обретения спокойствия и равновесия и т.д.

Описание места учебного курса в учебном плане

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы, — ученики 1-3 классов от 7 до 10 лет.

Сроки реализации программы — 3 года.

Форма организации: лаборатория здоровья.

Форма промежуточной аттестации: презентация мини-проекта.

Результаты освоения курса «Час здоровья»

Личностные результаты освоения обучающимися содержания программы:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты освоения обучающимися содержания программы:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты освоения обучающимися содержания программы:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Содержание учебного курса

Самопознание. Части тела, их функциональное предназначение. Внутренние органы; предназначение. Рост и развитие человека. Периодизация развития. Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам.

Правила межличностного общения: предупредительность, представление себя, приглашение, отказ от нежелательного общения.

Дружба. Взаимовлияние людей, способы конструктивного решения конфликтных ситуаций. Поведение на улице и в общественных местах Правила поведения с незнакомыми людьми.

Родственные связи - семья. Правила семейного общения. Права ребёнка в семье. Правила групповой деятельности.

Гигиена тела. Кожа и её придатки (ногти, волосы). Функциональное предназначение. Уход за кожей, волосами и ногтями. Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями.

Профилактика инфекционных заболеваний. Микромир: микробы, простейшие, грибки, вирусы. Взаимодействие человека с микромиром. «Хорошие» и «Плохие» микробы. Представление об инфекционных заболеваниях. Способы «пассивной» защиты от болезни: мытьё рук, ношение маски, одноразовые шприцы и т.д. - Представление об активной защите - иммунитете.

Бытовой и уличный травматизм. Опасные факторы современного жилища, школы игровой площадки. Ожоги. Опасность при пользовании пиротехническими средствами. Электротравма. Опасность при игре с острыми предметами. Падение с высоты. Опасность открытого окна. Катание на перилах, прыжков с крыш, гаражей и т.д., элементарные правила безопасности при катании на велосипеде. Правилапользования роликами, экипировка. Опасность, которая подстерегает роллера на улице. Оказание первой помощи при простых травмах (ссадинах, царапинах, поверхностных ранах). Укусы зверей, змей, насекомых.

Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников распределяются по трём уровням.

1-й уровень - *школьник знает и понимает общественную жизнь.*

2-й уровень – *школьник ценит общественную жизнь.*

3-й уровень – *школьник самостоятельно действует в общественной жизни.*

<i>Содержание</i>	<i>Способ достижения</i>	<i>Формы деятельности</i>
<i>Первый уровень результатов</i>		
Приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни	Достигается во взаимодействии с учителем как значимым носителем положительного социального знания и повседневного опыта	Беседа, лекция
<i>Второй уровень результатов</i>		
Получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальным реальностям в целом	Достигается во взаимодействии школьников между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной социальной среде, где он подтверждает практически приобретенные социальные знания, начинает их ценить (или отвергать)	Дебаты, тематические вечера, диспут
<i>Третий уровень результатов</i>		
Получение школьником опыта самостоятельного общественного действия в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, где не обязательно положительный настрой	Достигается во взаимодействии школьника с социальными субъектами, в открытой общественной среде	Акции, социальные проекты

Календарно-тематическое планирование

1 класс

№ урока	Дата		Тема урока	Кол- во часов	Оборудование	Основные виды учебной деятельности
	План	Факт				
Друзи с водой						
1			Советы доктора Воды	1	Советы доктора Воды «Сказка о микробах» Плакат «Стадии мытья и вытирания рук»	<u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме, заучивание слов «От простой воды и мыла у микробов тают силы», анализ сказки <u>Наглядные:</u> демонстрация, «Сказка о микробах» <u>Практические:</u> анализ игровой ситуации, стадии мытья и вытирания рук, оздоро- вительная минутка
2			Друзья Вода и Мыло	1		
Забота о глазах						
3			Глаза - главные помощники человека	1	Правила бережного отношения к зрению Правила «Если вы носите очки»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу» <u>Наглядные:</u> наблюдение опыта <u>Практические:</u> игра «Полезно- вредно», оздоровительная минутка «Гимнастика для глаз»
Уход за ушами						
4			Чтобы уши слышали	1	Памятка «Как сберечь органы слуха»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, рассказ <u>Наглядные:</u> наблюдение опыта, наблюдение самомассажа ушей <u>Практические:</u> проведение опыта, оздоровительная минутка «Самомассаж ушей»
Уход за зубами						
5			Почему болят зубы	1	Стихотворение С. Михалкова «Как у нашей Любы...» Стихотворение «Как поел, почистил зубки...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, разучивание стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Как у нашей Любы...», стихотворение «Как поел, почистил зубки...»
6			Чтобы зубы были здоровыми	1		
7			Как сохранить улыбку	1		

			здоровой		Плакат «Чистка зубов»	<u>Практические:</u> рисование, практикум «Чистка зубов», упражнения, оздоровительная минутка «Держи осанку», «Сотвори солнце в себе»
Уход за руками и ногами						
8			«Рабочие инструменты» человека	1	Пословицы и поговорки о пользе рук и ног Правило «Уход за ногтями»	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> наблюдение <u>Практические:</u> упражнения, игра-соревнование, оздоровительная минутка
Забота о коже						
9			Зачем человеку кожа	1	Правило «Уход за кожей»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, рассказ
10			Надежная защита организма	1	Схема «Значение кожи» Плакат «Строение кожи»	<u>Наглядные:</u> наблюдение, плакат «Кожа» <u>практические:</u> проведение опыта, игра, упражнения,
11			Если кожа повреждена	1		этюд, оздоровительная минутка
Как следует питаться						
12			Питание - необходимое условие для жизни человека	1	Стихотворение «Рано утром просыпайся...» Сказка Стихотворение С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала»	<u>Словесные:</u> заучивание слов «Рано утром просыпайся...», беседа по теме, продолжение сказки <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала», наблюдение
13			Здоровая пища для всей семьи	1	Советы доктора Здоровая Пища Золотые правила питания	<u>Практические:</u> упражнения, игра, опыт, оздоровительная минутка
Как сделать сон полезным?						
14			Сон - лучшее лекарство	1	Стихотворение С. Михалкова «Не спать» Плакат «Режим дня школьника»	<u>Словесные:</u> беседа, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Не спать», плакат «Режим дня школьника» <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка
Настроение в школе						
15			Как настроение?	1	Анкета «В школе» Анкета «Моё отношение к учёбе»	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> наблюдение <u>Практические:</u> упражнения по теме, оздоровительная минутка

Настроение после школы						
16			Я пришел из школы	1	Анкета «Любишь - не любишь» Пословицы о людской красоте	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации, <u>Наглядные:</u> демонстрация и наблюдение сценки <u>Практические:</u> выполнение заданий, игра, тест, рисование, анкетирование, оздоровительная минутка
Поведение в школе						
17			Я – ученик	1	Правила ученика Стихотворение Б.	<u>Словесные:</u> беседа, анализ ситуации
18			Я - ученик	1	Заходера «Перемена» Рассказ «Федя на перемене» Рассказ М. Куниной «В гардеробе» Рассказ «В столовой»	<u>Наглядные:</u> стихотворение Б. Заходера «Перемена», рассказ «Федя на перемене», рассказ М. Куниной «В гардеробе» <u>Практические:</u> оздоровительная минутка, игра
Вредные привычки						
19			Вредные привычки	1	Это нужно запомнить (о вреде курения)	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации, рассказ, заучивание слов <u>Наглядные:</u> демонстрация и наблюдение сценки <u>Практические:</u> решение задач, оздоровительная минутка, разыгрывание ситуации
20			Вредные привычки	1		
Мышцы, кости и суставы						
21			Скелет - наша опора	1	Плакаты «Скелет, мышцы человека»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации
22			Осанка - стройная спина!	1	Правила для поддержания правильной осанки	<u>Наглядные:</u> плакат «Скелет человека», <u>Практические:</u> упражнения по теме, оздоровительная минутка
Как закаляться. Обтирание и обливание						
23			Если хочешь быть здоров	1	Правила закаливания	<u>Словесные:</u> беседа по теме, объяснение <u>Наглядные:</u> выставка рисунков <u>Практические:</u> рисунки по теме, выполнение заданий, оздоровительная минутка
Как правильно вести себя на воде						
24			Правила безопасности	1	Правила поведения на воде	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> плакаты по теме

			на воде		Плакаты «Правила поведения на воде»	<u>Практические:</u> выполнение заданий, оздоровительная минутка
Чтобы душа была здорова						
25			Делать добро спешу	1	Карточки «Эмоции»	<u>Словесные:</u> объяснение, беседа по теме <u>Наглядные:</u> карточки «Эмоции» <u>Практические:</u> тренинг, упражнения, этюды
26			Доброму всё здорово	1		
27			Чем сердиться, лучше помириться	1		
28			Какой Я, какие другие	1		
29			Промежуточная аттестация. Презентация мини-проекта	1		
Народные игры						
30			Русская игра «Городки»	1	Атрибуты к игре «Городки»	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> разучивание игры «Городки» <u>Практические:</u> игра «Городки»
Подвижные игры						
31			Подвижные игры в помещении	1	Атрибуты к подвижным играм	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> разучивание подвижных игр <u>Практические:</u> подвижные игры
Доктора природы (обобщающие)						
32			Доктора природы	1	Рисунки любимых детских персонажей	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуаций, работа с пословицами, заучивание слов <u>Наглядные:</u> рисунки любимых детских персонажей <u>Практические:</u> дидактические игры, подвижные игры
33			Путешествие в страну здоровья	1	Правила здоровья Атрибуты к подвижным играм Стихотворение «Ты должен знать своё тело...»	

Календарно - тематическое планирование

2 класс

№	Дата		Тема урока	Кол-во часов	Оборудование	Основные виды учебной деятельности
	План	Факт				
Почему мы бодем						
1.			Причина болезни	1	Карточки с тестом «Твоё здоровье»	<u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме <u>Наглядные:</u> <u>Практические:</u> упражнения по теме, игра-соревнование, тест, оздоровительная минутка
2.			Признаки болезни	1		
3.			Как здоровье?	1		
Кто и как предохраняет нас от болезней						
4.			Как организм помогает себе сам?	1	Плакат «Режим дня школьника» Памятка «Как правильно готовить уроки» Стихотворение С. Михалкова «Разве что-то есть на свете...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> плакат «Режим дня школьника», стихотворение С. Михалкова «Разве что-то есть на свете...» <u>Практические:</u> упражнения по теме, тест, оздоровительная минутка
5.			Здоровый образ жизни	1		
Кто нас лечит						
6.			Какие врачи нас лечат	1	Вопросы валеологического самоанализа Стихотворение Э. Успенского «Всемирный математик...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Разве что-то есть на свете...» <u>Практические:</u> валеологический самоанализ, оздоровительная минутка
Прививки от болезней						
7.			Инфекционные болезни	1	Стихотворение С. Михалкова «Поднялась температура...» Стихотворение С. Михалкова «Прививка»	<u>Словесные:</u> рассказ, беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> запись слов «инфекция» и «иммунитет», стихотворение С. Михалкова «Поднялась температура...» <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка
8.			Прививки от болезней	1		
Что нужно знать о лекарствах						
9.			Какие лекарства мы выбираем	1	Пиши и говори правильно: «аллергия» и «антибиотики»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> запись слов

10.			Домашняя аптечка	1	Памятка «Безвредных лекарств не бывает»	«аллергия» и «антибиотики», лекарственные препараты <u>Практические:</u> валеологический самоанализ, анализ ситуации, оздоровительная минутка
Как избежать отравлений						
11.			Отравление лекарствами	1	Сказка К. Чуковского «Айболит»	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> сказка К. Чуковского «Айболит»
12.			Пищевые отравления	1	Памятка «Признаки лекарственного отравления» Памятка «Признаки пищевого отравления» Памятка «Помоги себе сам»	<u>Практические:</u> проверка пульса, оздоровительная минутка
Безопасность при любой погоде						
13.			Если солнечно и жарко	1	Памятка «Признаки солнечного ожога»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения
14.			Если на улице дождь и гроза	1	Памятка «Правила поведения при грозе» Стихотворение Ф. И. Тютчева «Люблю грозу в начале мая...» Картина К. Е. Маковского «Дети, бегущие от грозы»	<u>Наглядные:</u> стихотворение Ф. И. Тютчева «Люблю грозу в начале мая...», картина К. Е. Маковского «Дети, бегущие от грозы» <u>Практические:</u> «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте						
15.			Опасность в нашем доме	1	Стихотворение Э. Успенского «Мама приходит с работы»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения
16.			Как вести себя на улице	1	Стихотворение С. Михалкова «Возле площади затор...» Памятка «Правила безопасного поведения в доме» Правила перехода улицы Правила поведения в транспорте	<u>Наглядные:</u> стихотворение Э. Успенского «Мама приходит с работы», стихотворение С. Михалкова «Возле площади затор...» <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка
Правила безопасного поведения на воде						
17.			Вода - наш друг	1	Стихотворение С. Михалкова «У моста стоит Авошь...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С.

					Памятка «Когда опасность рядом»	Михалкова «У моста стоит Авошь...» <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка
Правила общения с огнем						
18.			Чтобы огонь не причинил вреда	1	«План эвакуации школы при пожаре»	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> план эвакуации школы <u>Практические:</u> разбор ситуаций, игра, оздоровительная минутка
Как уберечься от поражения электрическим током						
19.			Чем опасен электрический ток?	1	Памятка «Первая помощь пострадавшему»	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> памятка <u>Практические:</u> игра, оздоровительная минутка
Как уберечься от порезов, ушибов, переломов						
20.			Травма	1	Стихотворение «Если я буду осторожен»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворение <u>Практические:</u> первая помощь при травме, оздоровительная минутка
Как защититься от насекомых						
21.			Укусы насекомых	1	Стихотворение С. Михалкова «Вдруг какой-то страшный зверь...» Памятка «Когда опасность рядом» Пиши и говори правильно: «пинцет»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> запись слова «пинцет», стихотворение С. Михалкова «Вдруг какой-то страшный зверь...» <u>Практические:</u> признаки аллергии, оздоровительная минутка
Предосторожности при обращении с животными						
22.			Что мы знаем про собак и кошек	1	Стихотворение «Не зря собака тех кусает...» Правила обращения с животными	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение «Не зря собака тех кусает...» <u>Практические:</u> правила обращения с животными, «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом						
23.			Отравление ядовитыми	1	Пиши и говори правильно: «де-	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов

			веществами		зинфекция», «дезодорант»	<u>Наглядные:</u> стихотворение «Если в доме появился дым...»,
24.			Отравление угарным газом	1	Признаки отравления угарным газом Стихотворение С. Маршака «Заклубился дым угарный...» Стихотворение «Если в доме появился дым...»	С. Маршака «Заклубился дым угарный...» <u>Практические:</u> правила обра- щения с животными, «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении						
25.			Как помочь себе при тепловом ударе	1	Признаки теплового удара Признаки обмо- рожения Стихотворение С.	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Мороз и Морозец» <u>Практические:</u> «Признаки теплового удара», «Признаки обморожения», «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
26.			Как уберечься от мороза	1	Михалкова «Мороз и Морозец»	
Первая помощь при травмах						
27.			Растяжение связок и вывих костей	1	Стихотворение С. Михалкова «Таня пальчик наколола...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Таня пальчик наколола...» <u>Практические:</u> «Помоги себе сам», оздоровительная минутка
28.			Переломы	1	Пиши и говори	
29.			Если ты ушибся или порезался	1	правильно: «марганцовка» Признаки растяжения связок	
Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос						
30.			Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	1	Плакаты по теме (глаз, ухо, нос)	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> плакаты по теме <u>Практические:</u> упражнения по теме, опрос, оздоровительная минутка
Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек						
31.			Укус змеи	1	Признаки укуса змеи Первая помощь при укусе змеи	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> плакаты по теме <u>Практические:</u> упражнения по теме, опрос, оздоровительная минутка
Сегодняшние заботы медицины						
32.			Расти здоровым	1	Правила здорового образа жизни	<u>Словесные:</u> беседа по теме <u>Наглядные:</u> плакаты по теме
33.			Промежуточн ая	1	Тест «Оцени себя сам»	<u>Практические:</u> оздоровительная минутка

			аттестация. Презентация мини- проекта Воспита тай себя	
34.			Я выбираю движение	1

Календарно-тематическое планирование

3 класс

№	Дата		Тема урока	Кол во ча- сов	Оборудование	Основные виды учебной деятельности
	План	Факт				
Чего не надо бояться						
1			Как воспитывать уверенность и бесстрашие?	1	Стихотворение Э. Успенского «Академик Иванов» Рисунки детей по теме «Страхи» Стихотворение И. Токмаковой «Не буду бояться!»	<u>Словесные</u> : беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные</u> : стихотворение Э. Ус- пенского «Академик Иванов» <u>Практические</u> : практикум «Снятие страхов
Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным						
2			Учимся думать	1	Пословица для заучивания: «Доброе дело питает и разум и тело»	<u>Словесные</u> : беседа по теме, заучива- ние слов, продолжение сказки, за- учивание пословицы
3			Спешите делать добро	1	Слова для заучивания: «Вначале хорошо подумай, потом сделай доброе дело»	<u>Наглядные</u> : пословицы <u>Практические</u> : игры <u>Словесные</u> : беседа по теме, анализ рассказа, заучивание слов <u>Наглядные</u> : рассказ Л. Н. Толстого «Косточка»
Почему мы говорим неправду						
4			Поможет ли нам обман	1	Рассказы для анализа Рассказ Л. Н. Толстого «Косточка»	<u>Словесные</u> : беседа по теме, анализ стихотворения, анализ рассказа
5			«Неправда - ложь» в пословицах и поговорках	1	Слова для заучивания Пословицы для анализа Стихотворение С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать»!...» Рассказ Е. Чарушина «Курочка»	<u>Наглядные</u> : стихотворение С. Ми- халкова «Я ненавижу слово «спать»!...», рассказ Е. Чарушина «Курочка», рассказ А. М. Горького «Воробышек» <u>Практические</u> : игра <u>Словесные</u> : беседа по теме, анализ стихотворения, что значит «сдер- жаться»

					Рассказа А. М. Горького «Воробышек»	<u>Наглядные:</u> стихотворение «Хотел иметь я птичку», стихотворение А. Барто и П. Барто «Девочка-рёвушка», пословицы <u>Практические:</u> интерпретация пословиц, игра
Почему мы не слушаемся родителей						
6			Надо ли прислушиваться к советам родителей	1	Стихотворение «Хотел иметь я птичку» Стихотворение А. Барто и П. Барто «Девочка-рёвушка»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации, заучивание слов <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!», стихотворение Г. Остера «Нет приятнее занятия...»
7			Почему дети и родители не всегда понимают друг друга	1	Пословицы Рассказы для анализа Рассказ Л. Н. Толстого «Косточка» Слова для заучивания Пословицы для анализа	<u>Практические:</u> игра <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение Э. Успенского «Академик Иванов» <u>Практические:</u> практикум «Снятие страхов»
Надо уметь сдерживать себя						
8			Все ли желания выполнимы	1	Стихотворение С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать»!...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, заучивание слов, продолжение сказки, заучивание пословицы
9			Как воспитать в себе сдержанность	1	Рассказ Е. Чарушина «Курочка» Рассказа А. М. Горького «Воробышек»	<u>Наглядные:</u> пословицы <u>Практические:</u> игры <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ рассказа, заучивание слов <u>Наглядные:</u> рассказ Л. Н. Толстого «Косточка» <u>Практические:</u> практикум
Не грызи ногти, не ковырай в носу						
10			Как отучить себя от вредных привычек	1	Рассказы для анализа Рассказ Л. Н. Толстого «Косточка» Слова для заучивания Пословицы для анализа	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ рассказа <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать»!...», рассказ Е. Чарушина «Курочка», рассказ А. М. Горького «Воробышек»
11			Как отучить себя от вредных привычек	1		<u>Практические:</u> игра
Как относиться к подаркам						
12			Я принимаю подарок	1	Стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл на ёлку...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения
13			Я дарю	1		<u>Наглядные:</u> стихотворение Г. Остера

			подарки		Это полезно помнить Стихотворение «Например, тебя хотят...» Стихотворение Э. Мошковой «Я ушёл в свою обиду...»	«Если ты пришёл на ёлку...» <u>Практические:</u> игра, анализ ситуаций <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение «Например, тебя хотят...», стихотворение Э. Мошковой «Я ушёл в свою обиду...» <u>Практические:</u> анализ ситуации, практикум
--	--	--	---------	--	--	--

Как следует относиться к наказаниям

14			Наказание	1	Стихотворение Э. Мошковой «Смотрите, в каком я платице...» Пословицы Слова А. П. Чехова «В человеке всё должно быть прекрасно...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение Э. Мошковой «Смотрите, в каком я платице...» <u>Практические:</u> игра, упражнения
----	--	--	-----------	---	--	---

Как нужно одеваться

15			Одежда	1	Стихотворение «Азбука безопасности» Правила поведения с незнакомыми людьми	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение «Азбука безопасности» <u>Практические:</u> закончи высказывание
----	--	--	--------	---	---	--

Как вести себя с незнакомыми людьми

16			Ответственное поведение	1	Стихотворение О. Дриз «Шип в мою ладонь впился...» Незаконченные фразы по теме	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение О. Дриз «Шип в мою ладонь впился...» <u>Практические:</u> кроссворд, игра
----	--	--	-------------------------	---	--	---

Как вести себя, когда что-то болит

17			Боль	1	Стихотворение З. Александровой «Ложкою мешая...» Стихотворение Г. Остера «От знакомых уходя...» Кроссворд Приборы для сервировки стола	<u>Словесные:</u> беседа по теме, рассказ, объяснение, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение З. Александровой «Ложкою мешая...», стихотворение Г. Остера «От знакомых уходя...», сервировка стола <u>Практические:</u> кроссворд, практикум
----	--	--	------	---	--	---

Как вести себя за столом						
18			Сервировка стола	1	Стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл к знакомым...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, объяснение
19			Правила поведения за столом	1	Пример письменного приглашения Это полезно помнить Стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл на ёлку...» Это полезно помнить	<u>Наглядные:</u> стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл к знакомым...», <u>Практические:</u> составление письменного приглашения <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение Г. Остера «Если ты пришёл на ёлку...» <u>Практические:</u> игра, анализ ситуаций
Как вести себя в гостях						
20			Ты идёшь в гости	1	Стихотворение «Например, тебя хотят...» Стихотворение Э. Мошковской «Я ушёл в свою обиду...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение «Например, тебя хотят...», стихотворение Э. Мошковской «Я ушёл в свою обиду...» <u>Практические:</u> анализ ситуации, практикум
Как вести себя в общественных местах						
21			Как вести себя в транспорте и на улице	1	Это полезно помнить (правила поведения на улице, в транспорте)	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение «Азбука поведения в стихах...», стихотворение А. Барто «В театре»
22			Как вести себя в театре, кино, школе	1	Стихотворение «Азбука поведения в стихах...» Стихотворение А. Барто «В театре» Правила поведения в школе Стихотворение «Есть волшебные слова...» Сказка К. Чуковского «Телефон» Это полезно помнить	<u>Практические:</u> игра <u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> наблюдение ситуации <u>Практические:</u> упражнения на правила общения, игра
«Нехорошие слова». Недобрые шутки						
23			Умеем ли мы вежливо общаться	1	Стихотворение С. Маршака «Кот и лодыри»	<u>Словесные:</u> анализ ситуации, беседа по теме, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворение С. Маршака «Кот и лодыри»
24			Умеем ли мы разговаривать	1	Мудрые мысли «Полезные» советы Г.	<u>Практические:</u> игра

			по телефону		Остера Стихотворный монтаж Потешные сказки	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворный монтаж, потешные сказки <u>Практические:</u> игра
Что делать, если не хочется в школу						
25			Помоги себе сам	1	Стихотворения П. Синявского Стихотворение В. Орлова «Кто кого обидел первый?» Рассказ Л. Н. Толстого «Отец и сыновья»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, чтение стихов, анализ ситуации, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения П. Синявского, стихотворение В. Орлова «Кто кого обидел первый?», рассказ Л. Н. Толстого «Отец и сыновья» <u>Практические:</u> упражнения по теме, игра
Чем заняться после школы						
26			Умей организовать свой досуг	1	Это полезно помнить (правила поведения на улице, в транспорте) Стихотворение «Азбука поведения в стихах...» Стихотворение А. Барто «В театре» Правила поведения в школе	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ стихотворения, анализ ситуации <u>Наглядные:</u> стихотворение «Азбука поведения в стихах...», стихотворение А. Барто «В театре» <u>Практические:</u> игра
Как выбрать друзей						
27			Что такое дружба	1	Стихотворение «Есть волшебные слова...»	<u>Словесные:</u> беседа по теме, анализ ситуации
28			Кто может считаться настоящим другом	1	Сказка К. Чуковского «Телефон» Это полезно помнить	<u>Наглядные:</u> наблюдение ситуации <u>Практические:</u> упражнения на правила общения, игра
Как помочь родителям						
29			Как доставить родителям радость	1	Стихотворения А. Усатовой, В. Берестова, Е. Благиной Стихотворение Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих	<u>Словесные:</u> беседа по теме, чтение стихов, анализ ситуации, анализ стихотворения <u>Наглядные:</u> стихотворения А. Усатовой, В. Берестова, Е. Благиной; стихотворение Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих» <u>Практические:</u> игры, анализ ситуаций
Как помочь больным и беспомощным						
30			Если кому-	1	Стихотворение Е.	<u>Словесные:</u> беседа, анализ ситуаций,

			нибудь нужна твоя помощь		Благиной «Наш дедушка не любит тени...»	анализ пословиц, объяснение
31			Спешите делать добро	1	Рассказ «Старый дед и внучок» Персонажи спектакля - медицинские работники	<u>Наглядные:</u> стихотворение Е. Благиной «Наш дедушка не любит тени...», рассказ «Старый дед и внучок» <u>Практические:</u> анализ ситуаций, дидактическая игра, ролевая игра Драматизация с целью ознакомления с историей врачевания
Повторение						
32			Огонёк здоровья	1	Каждая станция оборудована соответственно теме ЗОЖ	Конкурс на лучшее знание правил ЗОЖ и умения их выполнять
33			Путешествие в страну здоровья	1		
34			Культура здорового образа жизни. Промежуточная аттестация. Презентация мини-проекта	1		

Формы учёта рабочей программы воспитания

Базовые ценности как основа урока	Задача каждого урока	Пути осуществления	Результат		Методы, формы, виды деятельности
			создание/обеспечение условий для воспитания	формирование и развитие	
<p>Человек Семья Отечество Культура Труд Здоровье</p>	<p>использование содержания учебного материала, методов обучения, форм организации познавательной деятельности в их взаимодействии для осуществления формирования и развития нравственных, трудовых, эстетических, патриотических, экологических и других качеств личности, для воспитания правильного отношения к общечеловеческим ценностям, высокого чувства гражданского долга; наполнение коммуникации на уроке ценностно-ориентированным</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ через содержание образования; ✓ через методы и формы обучения; ✓ через использование случайно возникших и специально созданных воспитывающих ситуаций; ✓ через личность учителя. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ чувства гуманизма, коллективизма, уважения к старшим, ✓ взаимопомощи, ✓ отзывчивости, вежливости, ✓ ответственности, самостоятельности, критичности, коммуникабельности, трудолюбия, ✓ отрицательного отношения к вредным привычкам, ценности физического здоровья, ✓ положительного интереса к изучаемому предмету и к будущей профессии, ✓ сознательной дисциплины и норм поведения, ✓ творческого отношения к учебной деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ мировоззренческих взглядов и мировоззрения; ✓ ценностного отношения к миру; ✓ осознания практической значимости того или иного открытия, осознания значимости научного открытия на пути цивилизации, ✓ знания базовых ценностей; ✓ способности к определению критериев оценки явлений действительности; ✓ умений сотрудничать в коллективе, проявляя гуманность, товарищество, доброту, деликатность, вежливость, дисциплинированность, ответственность, честность. ✓ умений общаться, 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ работа в группе, в парах, ✓ проекты, ✓ исследовательская деятельность, ✓ диспуты, акции, ✓ педагогические ситуации, ✓ игровая деятельность, ролевая игра, ✓ праздники, ✓ викторины, ✓ встречи с интересными людьми, ✓ выпуск периодической печати, ✓ работа со специально подобранными тематическими текстами воспитательной направленности, ✓ проецирование нравственных идей, жизненных ситуаций

	содержанием.			<p>демонстрируя озабоченность неудачами товарищей, радость их успехами, культуру внутренних нравственных отношений.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ культуры учебного труда. ✓ способности и готовности к самосовершенствованию, умений формулировать и отстаивать собственную точку зрения, требовательность к себе, чувство собственного достоинства, аккуратность, добросовестность, ответственность, честность. ✓ ответственного отношения к учебному труду, собранности, усердия. ✓ активной гражданской позиции, патриотизма, законопослушания. ✓ интереса и потребности изучения предмета, самообразования. 	<p>на жизнь учащихся с учётом их возраста,</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ творческие работы разных жанров, ✓ заочные экскурсии-погружения в историю развития науки, ✓ дидактический театр, ✓ этюды об учёных - знакомство с личностями учёных, ✓ включение в планирование урока Календаря памятных дат и праздников России и мира, ✓ специальные домашние задания.
--	--------------	--	--	--	--