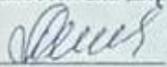


Комитет образования администрации Березовского района
Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение «Светловская средняя общеобразовательная школа имени
Солёнова Бориса Александровича»
(МБОУ «Светловская СОШ имени Солёнова Б.А.»)

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора
 Т.А. Жогина

от « 31 » августа 2021г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора
МБОУ «Светловская СОШ
имени Солёнова Б.А.»
от « 31 » августа 2021г. № 127-од
Т.Б. Румянцева



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Светловская средняя общеобразовательная школа
имени Солёнова Бориса Александровича»
по внеурочной деятельности «Здоровейка» 3 класс

Предмет: Здоровейка

Класс 3

Учитель Гришина Алина Владимировна

Название программы:

Название учебников:

Год издания:

Количество часов на учебный год: 34 ч

Количество часов в неделю: 1 ч

1. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

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

Учащиеся получают информацию про:

- 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;
- пользу физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

1. Содержание учебного предмета

Тема 1. Как воспитывать уверенность и бесстрашие. (1 час)

Беседа по теме «Как воспитывать уверенность и бесстрашие.» Работа по стихотворению Э Успенского «Академик Иванов». Анализ ситуации по стихотворению И. Токмаковой «Не буду бояться». Игра «Давайте разберемся», практическое занятие.

Тема 2. Учимся думать. (1 час)

Беседа по теме занятия. Заучивание слов. Игра «Почему это произошло?». Беседа «Свое мнение».

Тема 3. Спешу делать добро. (1 час)

Игра «Продолжи сказку». Беседа по теме. Заучивание пословицы. Игра в пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность».

Тема 4. Поможет ли нам обман. (1 час)

Беседа «Что такое ложь?». Игра «Продолжите рассказы». Творческая работа.

Тема 5. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках. (1 час)

Чтение рассказа Л. Н. Толстого «Косточка». Беседа по прочитанному. Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.

Тема 6. Надо ли прислушиваться к советам родителей. (1 час)

Беседа по теме. Анализ ситуаций на примере стихотворения С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать». Творческая работа «Портрет родителей». Пожелание себе. Чтение и обсуждение отрывка из рассказа Е. Чарушина «Курочка».

Тема 7. *Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ рассказа М. Горького «Воробышек». Оздоровительная минутка. Игра «Почему нам запрещают?».

Тема 8. *Все ли желания выполнимы. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворениях «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка - рёвушка. Толкование пословиц и крылатых выражений.

Тема 9. *Как воспитать в себе сдержанность. (1 час)*

Беседа «Что такое каприз?». Игра «Проверь себя». Оздоровительная минутка. Работа с толковым словарем. Толкование пословиц.

Тема 10- 11. *Как отучить себя от вредных привычек. (2 часа)*

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!». Беседа по теме «Вредные привычки». Составление памятки «Это полезно знать!». Повторение основного девиза. Работа со стихотворением Г. Остера «Нет приятнее занятья...». Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия.

Тема 12. *Я принимаю подарок. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Закончите предложение». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если ты пришел на елку...» и Н. Носова «Письмо Незнайки». Составление памятки «Это полезно помнить!». Игра «Подбери слова благодарности».

Тема 13. *Я дарю подарки. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуации из песни Э Успенского «У нашей мамы праздник» и стихотворении Г. Остера «Если друг на день рожденья...». Ввод понятия «эмоция» и его происхождение. Игра «Выбери ответ». Составление памятки «Это полезно знать!».

Тема 14. *Наказание. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворении Э. Мошковской «Я ушел в свою обиду». Творческая работа.

Тема 15. Одежда. (1 час)

Беседа по теме. Игра «Кто больше знает?». Игра «Закончи фразу». Толкование пословицы. Игра «Найди правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Смотрите, в каком я платье!». Обсуждение высказывания А. П. Чехова.

Тема 16. Ответственное поведение. (1 час)

Беседа по теме. Игра «Закончите высказывание». Составление памятки «Правила поведения с незнакомыми людьми». Чтение стихов «Азбука безопасности». Анализ ситуации по отрывку из рассказа А. Раскина «Как папа опаздывал».

Тема 17. Боль. (1 час)

Разгадывание кроссворда. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении О. Дриза «Шип в мою ладонь впился...». Игра «Закончите фразу».

Тема 18. Сервировка стола. (1 час)

Беседа по теме. Разгадывание кроссворда. Работа над правильным правописанием и произношением слова «аппетит». Беседа «Как правильно накрыть стол». Практическая работа по этой теме. Беседа «Мы идем в кафе».

Тема 19. Правила поведения за столом. (1 час)

Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении З. Александровой «Ложкою мешая, сердится Танюшка...» Работа над правилами поведения за столом. Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «От знакомых уходя...»

Тема 20. Ты идешь в гости. (1 час)

Анализ ситуаций. Беседа по теме. Составление приглашений. Составление памятки «В гости надо приходить...»

Тема 21. Как вести себя в транспорте и на улице. (1 час)

Беседа по теме. Составление памятки «О правилах поведения в транспорте, на улице». Чтение стихотворений «Азбука поведения». Игра «Выбери правильный ответ».

Тема 22. Как вести себя в театре, кино, школе. (1 час)

Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении А. Барто «В театре». Игра «Найди правильный ответ». Беседа «Правила поведения в общественных местах, школе, в детском саду, на игровой площадке».

Тема 23. *Умеем ли мы вежливо обращаться. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Комплимент». Анализ ситуации. Беседа «Умей правильно отказаться от предложения». Чтение стихотворений о «волшебных» словах.

Тема 24. *Умеем ли мы разговаривать по телефону. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Телефон». Составление памятки «Правила ведения телефонного разговора». Игра «Комплимент».

Тема 25. *Помоги себе сам. (1 час)*

Анализ ситуации в стихотворении И. Токмаковой «Скоро в школу». Работа с мудрыми мыслями. Беседа по теме. Чтение и анализ стихотворения С. Маршака «Кот и лодыри». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если друг твой самый лучший...» Игра «Закончи предложения».

Тема 26. *Умей организовать свой досуг. (1 час)*

Беседа по теме. Стихотворный монтаж. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).

Тема 27. *Что такое дружба. (1 час)*

Беседа по теме. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ». Игра «Хочу быть». Чтение стихотворения П. Синявского «Ветерок с березкой шепчется». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Отец и сыновья».

Тема 28. *Кто может считаться настоящим другом. (1 час)*

Беседа по теме. Чтение и анализ отрывка из рассказа В. Осеевой «Долг». Игра «Продолжи предложение». Анализ ситуации в стихотворении А. Шалыгина «Настроение упало». Игра «Любит - не любит». Анализ выражения А. Экзюпери «Ты всегда в ответе за тех, кого приручил...»

Тема 29. *Как доставить родителям радость. (1 час)*

Чтение отрывков из стихотворений детских писателей. Беседа по теме. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих...» Игра «Комплимент».

Тема 30. *Если кому -нибудь нужна твоя помощь. (1час)*

Беседа по теме. Игра «Выбери правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Е. Благиной «Наш дедушка». Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек».

Тема 31. *Спешите делать добро. (1час)*

Беседа по теме. Толкование пословиц. Игра «Кто больше знает?» Высказывания великих людей о доброте. Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Чтение стихотворений о доброте.

Тема 32. *Огонек здоровья. (1час)*

Беседа по теме Театральная постановка «Доктор Айболит». Викторина «Будь здоров!» Работа над пословицами о здоровье.

Тема 33. *Путешествие в страну здоровья. (1час)*

Игра- путешествие «В страну здоровья». Станция «Мойдодыр» (о личной гигиене). Станция «Неосторожность» (оказание первой помощи при несчастных случаях). Станция «Не болей» (профилактика инфекционных заболеваний). Станция «Опрятность» (уход за одеждой). Станция «Долой грязь» (гигиена жилища) и т. д.

Тема 34. *Культура здорового образа жизни. (1час)*

Урок - соревнование. Культура поведения. Человек и окружающий мир. Культура общения. Человек и его здоровье. Писатели детям.

2. Планируемые результаты изучения учебного предмета

Дети будут иметь представление:

- о ЗОЖ, о личной гигиене, о режиме дня школьника, о режиме питания, о закаливании;
- представление о строении пищеварительной системы;
- о соблюдении норм рационального питания;
- об истории питания;
- о разнообразии хлебных продуктов;
- о вредных и полезных привычках;
- о культуре души и тела.

Дети будут знать:

- о воздействии холода на организм человека;
- различные виды спорта;
 - полезные и вредные продукты питания;
 - как избавиться от вредных привычек;
 - гигиенические аспекты учебной деятельности.

Универсальные учебные действия

Дети будут уметь:

- соблюдать правильную посадку для сохранения осанки;
- выполнять упражнения для релаксации;
- оказывать первую помощь при повреждениях кожи;
- экологически взаимодействовать с окружающей средой (жилище, класс, улица, дорога, лес);
- правильно удовлетворять свои двигательные потребности в процессе занятий и в течение всего дня;
- распознавать и анализировать опасные ситуации.

Личностные результаты

- признание ребенком ценности собственного здоровья, чувства ответственности за его сохранение;
- стремление выстраивать миролюбивые отношения со сверстниками, родителями и другими детьми, умение избегать агрессии.

Календарно - тематическое планирование на 2021 -2022 учебный год

№	Тема занятия	Использованные по этой теме электронные (цифровые) образовательные ресурсы, являющиеся учебно - методическими материалами	Дата	
			По плану	Фактически
1	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	https://urok.1sept.ru/		
2	Учимся думать.			
3	Спеши делать добро.	https://laste.arvutikaitse.ee/est/html/		
4	Поможет ли нам обман.			
5	«Неправда – ложь»в пословицах и поговорках.	https://laste.arvutikaitse.ee/est/html/		
6	Надо ли прислушиваться к советам родителей.			
7	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	http://um-razum.ru/load/uchebnye_prezentacii/nachalnaja_shkola/18		
8	Все ли желания выполнимы.			
9	Как воспитать в себе сдержанность.			
10-11	Как отучить себя от вредных привычек.			
12	Я принимаю подарок.			
13	Я дарю подарки.			
14	Наказание.	https://urok.1sept.ru/		
15	Одежда.			
16	Ответственное поведение.			
17	Боль.	http://um-razum.ru/load/uchebnye_prezentacii/nachalnaja_shkola/18		
18	Сервировка стола.			
19	Правила поведения за столом.	https://urok.1sept.ru/		
20	Ты идешь в гости.			
21	Как вести себя в транспорте и на улице.			
22	Как вести себя в театре , кино, школе.	http://um-razum.ru/load/uchebnye_prezentacii/nachalnaja_shkola/18		
23	Умеем ли мы вежливо обращаться.			
24	Умеем ли мы разговаривать по телефону.			
25	Помоги себе сам.			
26	Умей организовать свой досуг.			
27	Что такое дружба.	https://urok.1sept.ru/		
28	Кто может считаться настоящим			

	другом.			
29	Как доставить родителям радость.	https://urok.1sept.ru/		
30	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.			
31	Спешите делать добро.	http://um-razum.ru/load/uchebnye_prezentacii/nachalnaja_shkola/18		
32	Огонек здоровья.	https://urok.1sept.ru/		
33	Путешествие в страну здоровья.			