

# Рабочая программа внеурочной деятельности. Спецкурс «Ресурсы здоровья» 3 класс

I. Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. Также на основе нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года (в действующей редакции).
2. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания». Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от «28» января 2021г. № 2.
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286 «об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 12 ноября 2021 г. № 819 "Об утверждении Порядка формирования федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования".
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования"
6. Письмо Управления образования администрации города Ульяновска от 12.07.2022 №4457 «Об организации образовательной деятельности в 2022/2023 учебном году».
7. Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ «СШ №86 И.И. Вереникина».
8. Устав и учебный план МБОУ «СШ №86 И.И. Вереникина»
9. Положение о рабочей программе МБОУ «СШ №86 И.И. Вереникина» (Принято на педагогическом совете Протокол №1 от 26.08.2022г.

Планирование составлено на основе: авторской программы спецкурса «Ресурсы здоровья» Афанасьевой И.Н., учителя МБОУ СОШ №86 И.И. Вереникина, 2014 г. Рецензент Мишина А.П.

**Цель данного курса:** создание и укрепление у детей ресурсов противостояния вредным привычкам, обеспечение возможности сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить их быть здоровыми душой и телом.

## II. Содержание программы.

Темы разделов	Предметное содержание	Форма реализации воспитательного потенциала
Уверенность и бесстрашие	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.	В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор – как поступить в той или иной ситуации.
Спешите делать добро	Игра «Продолжи сказку». Беседа по теме. Заучивание пословицы. Игра в пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность»	Воспитание доброжелательного отношения к окружающим

Поможет ли нам обман	Беседа «Что такое ложь?». Игра «Продолжите рассказы». Творческая работа.	<i>Определять и высказывать</i> под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы). Учиться <i>отличать</i> хорошее от плохого.
«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках	Чтение рассказа Л. Н. Толстого «Косточка». Беседа по прочитанному. Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.	
Надо ли прислушиваться к советам родителей	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».	В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, <i>делать выбор</i> – как поступить в той или иной ситуации
Как общение влияет на меня	Анализ рассказа М. Горького «Воробышек». Оздоровительная минутка. Игра «Почему нам запрещают?».	
Все ли желания выполнимы	Анализ ситуаций в стихотворениях «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка – рёвушка». Толкование пословиц и крылатых выражений.	
Как воспитать в себе сдержанность	Беседа «Что такое каприз?». Игра «Проверь себя». Оздоровительная минутка. Работа с толковым словарем. Толкование пословиц.	Учиться <i>отличать</i> хорошее от плохого.
Привычки и удовольствия	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 заняться...». Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия.	
Я принимаю подарок. Я дарю подарки	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». 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!».	<i>Определять и высказывать</i> под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).
Наказание.	Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворении Э. Мошковской «Я ушел в свою обиду». Творческая работа.	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися.
Одежда.	Игра «Кто больше знает?». Игра «Закончи фразу». Толкование пословицы. Игра «Найди правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Смотрите, в каком я платье!».	Формирование эстетических норм при выборе и ношении одежды

	Обсуждение высказывания А. П. Чехова.	
Ответственное поведение	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».	
Боль.	Разгадывание кроссворда. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении О. Дриза «Шип в мою ладонь впился...». Игра «Закончите фразу».	Осознание, что боль бывает душевная и физическая, и как можно избежать чувства боли
Сервировка стола.	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».	Формирование этикетных норм при приёме гостей или, когда сам в гостях
Правила поведения за столом	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...»	
Ты идешь в гости	Анализ ситуаций. Беседа по теме. Составление приглашений. Составление памятки «В гости надо приходиться...»	
Как вести себя в транспорте и на улице	Составление памятки «О правилах поведения в транспорте, на улице». Чтение стихотворений «Азбука поведения». Игра «Выбери правильный ответ».	<i>Определять и высказывать</i> под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при
Как вести себя в театре, кино, школе	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».	сотрудничестве (этические нормы).
Умеем ли мы вежливо обращаться	Игра «Комплимент». Анализ ситуации. Беседа «Умей правильно отказаться от предложения». Чтение стихотворений о «волшебных» словах.	
Умеем ли мы разговаривать по телефону	Игра «Телефон». Составление памятки «Правила ведения телефонного разговора». Игра «Комплимент».	
Помоги себе сам	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».	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на занятиях явлений, использование воспитательных возможностей.
Умей организовать свой досуг	Стихотворный монтаж. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся
Дружба	Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ». Игра «Хочу быть». Чтение	командной работе и взаимодействию

	стихотворения П. Синявского «Ветерок с березкой шепчется». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Отец и сыновья». 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...»	
Как доставить родителям радость	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».	
Спешите делать добро	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». Высказывания великих людей о доброте. Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Чтение стихотворений о доброте.	
Огонек здоровья	Театральная постановка «Доктор Айболит». Викторина «Будь здоров!» Работа над пословицами о здоровье.	Включение во внеурочную деятельность игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний. с другими обучающимися.
Путешествие в страну здоровья.	Отправление по станциям: Станция «Мойдодыр», Станция «Неосторожность», Станция «Не болей», Станция «Опрятность», Станция «Долой грязь» и др	
Культура здорового образа жизни	Культура поведения. Человек и окружающий мир. Культура общения. Человек и его здоровье. Писатели детям.	

## I. Планируемые результаты.

### Метапредметные результаты:

#### Регулятивные УУД:

- *Определять и формулировать* цель деятельности с помощью учителя.
- *Проговаривать* последовательность действий.
- *Учиться работать* по предложенному учителем плану.
- *Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.*

#### Познавательные УУД:

- Ориентироваться в своей системе знаний: *отличать* новое от уже известного с помощью учителя.
- Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя справочник, энциклопедии, свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя.
- Перерабатывать полученную информацию: *делать выводы* в результате совместной работы всего класса.

#### Коммуникативные УУД:

- Донести свою позицию до других (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- *Слушать и понимать* речь других.

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

**Личностные результаты:**

- *Определять и высказывать* под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).  
Учиться *отличать* хорошее от плохого.

- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* – как поступить в той или иной ситуации.

**Предметные результаты:**

**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;
- правила общения со сверстниками и со взрослыми;
- как себя вести в гостях и общественных местах;
- о привычках хороших и плохих;
- о правде и лжи;
- о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека.

**II. Тематическое планирование.**

№ п/п	Тема занятия	Форма проведения занятия	Ко л-во час	Электронные учебно-методические материалы
1	Уверенность и бесстрашие.	Игра «Продолжи сказку». Беседа по теме.	1	school-collection.edu.ru/collecti on/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm
2	Учимся думать.	Работа с интерактивной картой	1	
3	Спеши делать добро.	Работа с интерактивными карточками	1	
4	Поможет ли нам обман.	Анализ произведения Л.Толстого «Косточка»	1	
5	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.	Групповая работа	1	school-collection.edu.ru/collecti on/ edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm
6	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	Строим семейное древо	1	
7	Как общение влияет на меня	Работа с интерактивными карточками	1	
8	Все ли желания выполнимы.	Викторина	1	
9	Как воспитать в себе сдержанность.	Работа с интерактивной картой	1	school-collection.edu.ru/collecti on/ edsoo.ru/Methodicheskie_
10	Привычки и удовольствия	Викторина Семейные истории	2	

11				videouroki.htm
12	Я принимаю подарок.	Творческая мастерская	1	
13	Я дарю подарки.	Творческая мастерская	1	
14	Наказание.	Беседа.	1	school-collection.edu.ru/collecti on/ edsoo.ru/Methodicheskie_ videouroki.htm
15	Одежда.	Защита проектов	1	
16	Ответственное поведение.	Эвристическая беседа	1	
17	Боль.	Конкурс рисунков	1	
18	Сервировка стола.	Творческая работа	1	school-collection.edu.ru/collecti on/ edsoo.ru/Methodicheskie_ videouroki.htm
19	Правила поведения за столом.	Ролевая игра		
20	Ты идешь в гости.	Работа с книжным текстом, просмотр презентации	1	
21	Как вести себя в транспорте и на улице.	Интерактивные карточки	1	
22	Как вести себя в театре, кино, школе.	Викторина. Ролевая игра	1	school-collection.edu.ru/collecti on/ edsoo.ru/Methodicheskie_ videouroki.htm
23	Умеем ли мы вежливо обращаться.	Беседа. Игры на свежем воздухе.	1	
24	Умеем ли мы разговаривать по телефону.	Работа с книжным текстом	1	
25	Помоги себе сам.	Творческая работа: рисунок	1	school-collection.edu.ru/collecti on/ edsoo.ru/Methodicheskie_ videouroki.htm
26	Умей организовать свой досуг.	Беседа	1	
27	Что такое дружба.	Виртуальная экскурсия	1	
28	Кто может считаться настоящим другом.	Чтение и анализ текстов про дружбу.	1	
29	Как доставить родителям радость.	Творческая мастерская. Поделки своими руками.	1	school-collection.edu.ru/collecti on/ edsoo.ru/Methodicheskie_ videouroki.htm
30	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.	Ролевая игра	1	
31	Спешите делать добро.	Эвристическая беседа.	1	
32	Огонек здоровья.	Экскурсия на природу	1	
33	Путешествие в страну здоровья.	Игра-путешествие «В страну здоровья»	1	school-collection.edu.ru/collecti on/
34	Культура здорового образа жизни.	Урок - соревнование.	1	

### Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Дата проведения	
		По плану	По факту
1	Уверенность и бесстрашие.		
2	Учимся думать.		
3	Спешите делать добро.		

4	Поможет ли нам обман.		
5	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.		
6	Надо ли прислушиваться к советам родителей.		
7	Как общение влияет на меня		
8	Все ли желания выполнимы.		
9	Как воспитать в себе сдержанность.		
10	Привычки и удовольствия		
11	Привычки и удовольствия		
12	Я принимаю подарок.		
13	Я дарю подарки.		
14	Наказание.		
15	Одежда.		
16	Ответственное поведение.		
17	Боль.		
18	Сервировка стола.		
19	Правила поведения за столом.		
20	Ты идешь в гости.		
21	Как вести себя в транспорте и на улице.		
22	Как вести себя в театре , кино, школе.		
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.		
28	Кто может считаться настоящим другом.		
29	Как доставить родителям радость.		
30	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.		
31	Спешите делать добро.		
32	Огонек здоровья.		
33	Путешествие в страну здоровья.		
34	Культура здорового образа жизни.		

