

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Маслопристанская средняя общеобразовательная школа
Шебекинского района Белгородской области»

Рассмотрено на заседании
методического совета
Протокол № 1
от 27.08.2021г.

Рассмотрено
на заседании
педагогического совета
Протокол №1
от 30.08.2021г.

«Утверждаю»
Директор школы
И.А. Андреева
Приказ №473
от 30.08.2021г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Растём здоровыми»
возраст учащихся 10-12
срок реализации 2 года

Авторы составители:

Луханина Е.Н.

Цыганкова Е.Н.

2021г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Растем здоровыми и сильными» имеет социально-педагогическую направленность.

Программа предоставляет учащимся возможность дополнительного образования в области здоровьесбережения, а именно научиться навыкам здорового и безопасного образа жизни. Разработана на основе авторской программы Н.Я.Дмитриевой, К.А.Семеновой «Растём здоровыми и сильными», включённой в сборник программ внеурочной деятельности. Система Л.В.Занкова: сборник программ/ сост. Е.Н.Петрова.

Цель рабочей программы: сформировать первоначальное представление детей об элементарных нормах здорового образа жизни, а также расширить рамки учебных курсов «Окружающий мир», «Физическая культура» в аспекте понимания экологии природы и человека.

Задачи программы:

- Формировать представления об основных факторах и «законах» здоровья, взаимовлиянии природы и человека друг на друга;
- Подвести учащихся к пониманию особенностей организма человека и его возможностей;
- Воспитывать бережное отношение к здоровью и понимание необходимости ведения здорового образа жизни;
- Формировать компетенции в сфере безопасности жизнедеятельности.

Данная программа реализуется мною без изменений. Резервные 4 занятия рассчитаны для использования в проектной деятельности учащихся. Рабочая программа рассчитана на 2 года обучения (1 час в неделю).

Рабочая программа 1 года обучения рассчитана на 34 часа (8 часов теории, 26 часа практики).

Рабочая программа 2 года обучения рассчитана на 34 часа (13 часов теории, 21 час практики).

Основными формами организации занятия является беседы, игры, экскурсии, викторины, интервью, презентации.

У обучающегося будут сформированы:

- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
- чувство гордости отечественными спортивными достижениями;
- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
- основа для развития чувства прекрасного через представления о физической красоте человека и её совершенствовании в активной жизнедеятельности; приобщение к красоте родной природы;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные и подвижные игры;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- интереса к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;
- устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в познавательной и досугово-игровой деятельности;

- осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровьесберегающего поведения;
- осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающееся в оказании помощи и поддержки партнерам по играм, общению;
- начальных представлений о ценности и уникальности природного мира.

Личностные

- понимать необходимость рациональной организации режима дня, организации рабочего места;
- принимать и сохранять познавательные задачи, в т.ч. практические;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия ее реализации;
- осуществлять контроль за правилами выполнения оздоровительных действий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок;
- осуществлять поиск информации с использованием различных источников (включая пространство Интернета) и запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе;
- осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений;
- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;
- ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- разрабатывать единую тактику в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде;
- отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;

Метопредметные:

- контролировать свои действия в коллективной работе;
- соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- во время подвижных игр учитывать реакцию партнера на игру, следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности.

Предметные

- вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;
- осуществлять контроль физического развития, используя тесты для определения уровня развития физических и психических качеств;
- проводить самоанализ выполняемых заданий и по ходу действий вносить необходимые коррективы, учитывая характер сделанных ошибок;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья;
- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях;
- точно и полно передавать партнеру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий; задавать вопросы, необходимые для организации деятельности.

Способами проверки результатов освоения программы внеурочной деятельности являются выставки, конкурсы, исследовательская работа.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Объем программы – 68 часов

Срок реализации программы составляет 2 года.

Программа рассчитывается на детей **10 -12 лет.**

В объединение принимаются все желающие. При поступлении в объединение дети должны представить письменное заявление родителей. Комплектование групп 1 года обучения проводится до 10 сентября, групп 2 года обучения - проводится в конце мая и конце августа.

Формы организации занятий:

- фронтальная,
- групповая,
- индивидуальная;
- коллективная.

Занятия в рамках программы проводятся в форме:

- лекций,
- экскурсий,
- просмотра видеоматериала,
- мониторинга,
- тестирования, самостоятельных подготовок, индивидуальных занятий, праздников.

II. Учебно-тематический план

1-й год обучения

№ п/п	Наименование раздела и тема учебного занятия	В том числе			Виды направленности и формы аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Природа, как твоё здоровье?	1		1	Опрос
2	Мой любимый школьный двор		3	3	Игра
3	Наша среда обитания	1		1	Викторина
4	В городских джунглях		1	1	Творческая работа
5	Школа светофорных наук		2	2	Обсуждение опасных ситуаций
6	Я пешеход и пассажир		1	1	Опрос
7	Если стихия разбушевалась	1	2	3	Обсуждение опасных ситуаций
8	Мой дом – моя крепость		1	1	Обсуждение опасных ситуаций
9	Перед экраном телевизора	1		1	Игра
10	Компьютер - не игрушка	1	1	2	Творческая работа
11	Наши домашние любимцы	1	2	3	Обсуждение ситуаций
12	Растения и человек	1	2	3	Тестирование
13	Осторожно: ядовитые растения		2	2	Опрос
14	Каким воздухом мы дышим		1	1	Обсуждение ситуаций
15	Погода, климат и здоровье человека		2	2	Загадки
16	Что будет, если мы не будем беречь природу?		1	1	Творческая работа
17	Подготовка к походу. Поход		3	3	Викторина
18	Проектная деятельность	1	2	3	Творческая работа
	итого	8	26	34	

2-й год обучения

№ п/п	Наименование раздела и тема учебного занятия	В том числе			Виды направленности и формы аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Бесценный дар природы. Что такое здоровье?	1	1	2	Опрос
2	Знаешь ли ты себя?	1		1	
3	Красивое и сильное тело.	1	3	4	Игровые ситуации

4	Режим дня. Зачем школьникам режим?	1	1	2	Тестирование
5	Доброе утро! Спокойной ночи!		2	2	Опрос
6	Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое!		1	1	Игра
7	...и зубной порошок!	1		1	Творческая работа
8	Кожа – зеркало здоровья	1		1	Ребусы
9	Дышим полной грудью	1		1	Игровые ситуации
10	Какой должна быть наша пища	1	2	3	Опрос
11	По ту сторону микроскопа	1		1	Викторина
12	Берегите сердце		1	1	Обсуждение опасных ситуаций
13	Наши незаменимые помощники	1		1	Творческая работа
14	Чище, краше, лучше!		3	3	Игровые ситуации
15	Держи голову в холоде... а ноги в тепле	1		1	Обсуждение ситуаций
16	Наш защитник иммунитет	1		1	Тестирование
17	Айболит спешит на помощь		1	1	Обсуждение опасных ситуаций
18	Вот, ребята, йод и вата		2	2	Обсуждение опасных ситуаций
19	Силачи и Геркулесы. Занятие - обобщение		2	2	Соревнования
20	Проектная деятельность	1	2	3	Творческая работа
	итого	13	21	34	

III. Содержание курса

Первый год обучения

В гармонии с окружающим миром

1. Природа, как твоё здоровье? Что такое экология.

Теория Что такое экология? Что такое окружающая среда? Сезонные изменения в природе. Роль экологии в жизни человека. Влияние хозяйственной деятельности человека на среду обитания растений и животных. «Хорошая» и «плохая» экология.

2. Мой любимый школьный двор

Практика Экскурсия на пришкольной территории. Наблюдение за растительным и животным миром. Оценка экологического состояния пришкольного участка. Что мы можем сделать для нашего двора (уборка пришкольной территории, изготовление скворечников, посадка деревьев).

3. Наша среда обитания.

Теория Город, село, деревня. Прогресс и переселение в города. Что такое мегаполис? Современный город: преимущества и опасности. Ориентирование в городе: что делать, если ты заблудился? Карта города и план населённого пункта. Основы безопасности жизнедеятельности в городе. Как вести себя в чрезвычайной ситуации.

4. В городских джунглях. Выбираем безопасный маршрут.

Практика Предполагается осмотр окрестностей школы и выбор потенциально опасных мест и безопасного маршрута до дома. Тротуар, пешеходная дорожка, обочина. Наблюдение за дорожным движением возле школы. Экскурсия в центр города (если школа городская) или в город (для школьников села, посёлка и т.д.).

5. Школа светофорных наук.

Практика Причины дорожно-транспортного травматизма детей. «Дирижёр» уличного движения. Правила перехода перекрёстка. Нерегулируемый перекрёсток. Правила дорожного движения. Что такое ГИБДД и кто такой инспектор ДПС. Велосипед на улицах города.

6. Я пешеход и пассажир.

Практика Применение пройденного на практике. Наблюдение за дорожным движением города или села.

7. Если стихия разбушевалась.

Теория Что такое природные катаклизмы (наиболее характерные для данной местности погодные условия). Ураганный ветер. Смерч. Снежная буря. Наводнение. Цунами. Землетрясение. Правила поведения в экстремальной ситуации. Способы передачи информации на расстоянии.

Практика Игра: моделируем чрезвычайную ситуацию.

8. Мой дом – моя крепость.

Теория Квартира и частный дом: преимущества и недостатки. Когда взрослых нет дома. Наши своенравные помощники: электричество и газ, водопровод и отопление. Правила безопасного использования электроприборов. Экономное использование ресурсов. Газовая плита и колонка. Что делать, если... (в доме пахнет газом; начался пожар; прорвало трубу и т.д.). Вызов экстренных оперативных служб.

9. Перед экраном телевизора.

Теория Сколько времени можно уделить телевизору без вреда для здоровья. «Хорошие» и «плохие» телезрители: что и как смотреть. СМИ. Место у телевизора. Как дать отдых глазам. Шум от телевизора (магнитофона, плеера): шкала громкости.

10. Компьютер – не игрушка.

Теория Компьютер – великое изобретение человечества. Что было, когда не было компьютеров? Может ли компьютер «думать». Что такое искусственный интеллект. Где используются компьютеры (для математических вычислений; для создания базы данных;

управления всевозможными устройствами). Первые ЭВМ и современные компьютеры. Компьютер в офисе и дома. Возможности, которые дают компьютер и Интернет.

Практика Правила безопасной работы на компьютере: зрение, поза, расположение монитора. Компьютерные игры: как избежать зависимости.

Всемирная паутина: поиск информации в Интернете. Правила безопасности: вирусы и мошенники.

11. Наши домашние любимцы.

Теория Животные в доме – это радость, но и большая ответственность. Уход за питомцем. Гигиена домашних животных. Ветеринар. Заболевания, переносчиками которых могут стать животные.

Практика Стенгазета «Наши домашние любимцы»

12. Растения и человек.

Практика Комнатные растения. Значения растений в вашем доме. Путешествие с комнатными растениями. Уход за растениями. Полезные и опасные растения. Лекарственные растения: дикорастущие и культурные. Знакомство с лекарственными растениями и их применением.

Редкие и охраняемые растения вокруг нас.

Практика Сбор сведений о лекарственных растениях

13. Осторожно: ядовитые растения.

Теория Растения, опасные для человека. Характерные признаки. Меры предосторожности. Правила, которые необходимо соблюдать при встрече с ядовитыми растениями. Использование ядовитых растений в медицине.

14. Каким воздухом мы дышим.

Практика Что происходит с нашей атмосферой. Что мы можем сделать для сохранения воздуха. Леса - лёгкие нашей планеты. Сохранить живые насаждения.

15. Погода, климат и здоровье человека.

Практика Наблюдения за погодой (использование барометра, флюгера, термометра; создание метеорологической мини-площадки; ведение журнала наблюдений).

Определение климата своей местности на основе собственных наблюдений и данных о длительных наблюдениях за погодой. Болезни и недомогания, связанные с погодными условиями. Акклиматизация.

16. Что будет, если мы не будем беречь природу?

Практика Круглый стол: Как выглядела Земля миллиарды лет назад.

Понятие экологической катастрофы. Экологические катастрофы древности и современные проблемы: потепление мирового климата, озоновая дыра, эпидемии, бактериальное и ядерное оружие. Красная книга.

17. Подготовка к походу.

Практика Разработка маршрута. Список покупок. Что брать с собой в поход: продуктовый и неприкосновенный запас; аварийный комплект и аптечка; план местности. Как вязать узлы и упаковывать вещи. Палатка и спальный мешок. Правила безопасности в походе.

18. Проектная деятельность

Теория Знакомство с правилами выполнения проектов.

Практика Выполнение проекта «Моё здоровье в моих руках»

1. Бесценный дар природы. Что такое здоровье?

Теория Здоровье как одна из ценностей человеческой жизни. Необходимость укреплять свое здоровье, заботиться о нем, уметь оказать первую медицинскую помощь себе и окружающим, не навредить своему организму.

Факторы, которые влияют на здоровье: условия и образ жизни, питание, наследственность, внешняя среда, природные условия, здравоохранение. Образ жизни, вредные и полезные привычки, тренировка и спорт. Какие бывают заболевания.

Практика КТД: создание словаря пословиц, поговорок о здоровье и возможностях человека.

2. Знаешь ли ты себя?

Теория Мы все разные. Взрослые и дети. Мальчики и девочки. Правши и левши. Четыре темперамента: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик. Определение типа темперамента. Как мы познаем мир. Зрение, обоняние, осязание, слух, вкус. Мозг-командный пункт организма. Как беречь нервную систему. Признаки сотрясения мозга.

Ощущение, мышление, внимание, речь, воображение, память, чувства, воля (общее представление). Память человека: слуховая, зрительная, моторная, двигательная. Упражнения для укрепления памяти, внимания.

3. Красивое и сильное тело

Теория Чудо человеческого тела. Как устроен человек (скелет человека, мышцы, суставы, осанка, внутренние органы человека, мозг и нервная система).

Практика Определение роста, массы тела, соотношение этих показателей. Осанка. Комплекс упражнений, формирующих осанку. Укрепление и тренировка мышц.

4. Режим дня. Зачем школьникам режим?

Теория «Биологические часы». Необходимость придерживаться четкого ритма жизни. Режим. Мой идеальный распорядок дня. Сон. Норма сна (9-10 часов). Помещение для сна. Биоритм: «совы» и «жаворонки». Полезные и вредные привычки.

Практика Составление индивидуального режима дня

Тема 5. Доброе утро! Спокойной ночи!

Практика Различные упражнения для «пробуждения» организма, укрепления мышц, развития ловкости и координации, быстроты и выносливости - в соответствии с индивидуальными потребностями каждого ребенка. Гигиена сна, подготовка ко сну.

6. Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое!

Практика КТД: конкурс плакатов «Да здравствует мыло душистое»

7 ...И зубной порошок!

Теория Как правильно чистить зубы. Строение зуба: эмаль, нервы, кровеносные сосуды. Молочные зубы и коренные. Заболевания зубов, кариес.

8. Кожа - зеркало здоровья

Теория Самый большой орган - кожа (эпидермис). Волосы, ногти, особые образования кожи. Обновление клеток кожи. Правила ухода за кожей, волосами, ногтями. Помощь при ожогах, порезах, царапинах. Отпечатки пальцев.

9. Дышим полной грудью

Теория Дыхание и подвижность, кислородное голодание. Зависимость объема легких от развития грудной клетки. Пыль. Вредные привычки: курение. Правильное дыхание при занятиях спортом. Дыхательная гимнастика.

10. Какой должна быть наша пища

Теория Что мы едим. Правильное питание. Разнообразие пищи. Особенности питания людей разных национальностей. Витамины. Что необходимо знать о витаминах. Составление меню (завтрак, обед, ужин). Осторожно: консерванты, ГМП (генетически модифицированные продукты), несвежая пища. Что такое состав и срок годности.

Практика Экскурсия в школьную столовую. Доклады детей о здоровом питании.

11. По ту сторону микроскопа

Теория Целый мир в одной капле воды (практическая работа с микроскопом). Мир вирусов и бактерий. Вирусные заболевания. Полезные и вредные бактерии. Грибки. Плесень. Антибактериальные средства и биологически активные добавки.

12. Берегите сердце

Практика Сердцебиение. Пульс: измерение пульса. Что нужно знать о своей крови. Кровообращение: аорта, артерии, вены, капилляры. Группа крови. Доноры. Первая помощь при кровотечении из носа. Рассматривание капли крови под микроскопом. Что можно узнать по клиническому анализу крови.

13. Наши незаменимые помощники

Теория Зрение. Строение глаза: глазное яблоко, роговица, зрачок, хрусталик, сетчатка. Диагностика зрения. Цвет и настроение. Гигиена рабочего места. Упражнения для снятия усталости глаз и развития глазных мышц.

14. Чище, краше, лучше!

Практика Игры, которые развивают силу, выносливость. Спартакиада. Викторина по пройденному материалу.

15. Держи голову в холоде... а ноги в тепле

Теория Как организм реагирует на тепло и холод. Одежда по погоде. Измерение температуры. Нормальная температура тела человека. Инфекционные и простудные заболевания. Эпидемии. Как уберечься от «вредных невидимок». Коварная простуда. Что нужно знать о гриппе.

16. Наш защитник иммунитет

Теория Защитные силы организма. Микробы и лейкоциты. Иммунитет. Прививки, вакцинации. Закаливание. Кто такие «моржи».

17. Айболит спешит на помощь

Практика Травмы: растяжения связок, ушибы, переломы, вывихи. Имитационно-игровые ситуации – оказание первой помощи.

18. Вот, ребята, йод и вата!..

Практика Правила оказания первой помощи. Учимся на практике оказывать первую помощь при ушибах, вывихах. Первая помощь в экстремальных ситуациях: тепловой и солнечный удары, остановка кровотечения. Вызов скорой помощи.

19. Силачи и Геркулесы (занятие- обобщение)

Практика Сообщения учащихся об Олимпийских играх. КТД: «Наша копилка интересных фактов. Спортивный праздник».

20. Проектная деятельность

Теория Знакомство с правилами выполнения проектов.

Практика Выполнение проекта «Формула здоровья»

IV. Индивидуальный учебный план
Первый год обучения

№ п/п	Число, месяц и время проведения занятия	Форма проведения занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения занятий	Формы контроля
1			1	Природа, как твоё здоровье?		
2			1	Мой любимый школьный двор		
3			1	Мой любимый школьный двор		
4			1	Мой любимый школьный двор		
5			1	Наша среда обитания		
6			1	В городских джунглях		
7			1	Школа светофорных наук		
8			1	Школа светофорных наук		
9			1	Я пешеход и пассажир		
10			1	Если стихия разбушевалась		
11			1	Если стихия разбушевалась		
12			1	Если стихия разбушевалась		
13			1	Мой дом – моя крепость		
14			1	Перед экраном телевизора		
15			1	Компьютер - не игрушка		
16			1	Компьютер - не игрушка		
17			1	Наши домашние любимцы		
18			1	Наши домашние любимцы		
19			1	Наши домашние любимцы		
20			1	Растения и человек		
21			1	Растения и человек		
22			1	Растения и человек		
23			1	Осторожно: ядовитые растения		

24			1	Осторожно: ядовитые растения		
25			1	Каким воздухом мы дышим		
26			1	Погода, климат и здоровье человека		
27			1	Погода, климат и здоровье человека		
28			1	Что будет, если мы не будем беречь природу?		
29			1	Подготовка к походу. Поход		
30			1	Подготовка к походу. Поход		
31			1	Подготовка к походу. Поход		
32			1	Проектная деятельность		
33			1	Проектная деятельность		
34			1	Проектная деятельность		

Второй год обучения

№ п/п	Число, месяц и время проведения занятия	Форма проведения занятия	Коли- чество часов	Тема занятия	Место проведения занятий	Формы контроля
1			1	Бесценный дар природы. Что такое здоровье?		
2			1	Бесценный дар природы. Что такое здоровье?		
3			1	Знаешь ли ты себя?		
4			1	Красивое и сильное тело.		
5			1	Красивое и сильное тело.		
6			1	Красивое и сильное тело.		
7			1	Красивое и сильное тело.		
8			1	Режим дня. Зачем школьникам режим?		
9			1	Режим дня. Зачем школьникам режим?		

10			1	Доброе утро! Спокойной ночи!		
11			1	Доброе утро! Спокойной ночи!		
12			1	Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое!		
13			1	...и зубной порошок!		
14			1	Кожа – зеркало здоровья		
15			1	Дышим полной грудью		
16			1	Какой должна быть наша пища		
17			1	Какой должна быть наша пища		
18			1	Какой должна быть наша пища		
19			1	По ту сторону микроскопа		
20			1	Берегите сердце		
21			1	Наши незаменимые помощники		
22			1	Чище, краше, лучше!		
23			1	Чище, краше, лучше!		
24			1	Чище, краше, лучше!		
25			1	Держи голову в холоде... а ноги в тепле		
26			1	Наш защитник иммунитет		
27			1	Айболит спешит на помощь		
28			1	Вот, ребята, йод и вата		
29			1	Вот, ребята, йод и вата		
30			1	Силачи и Геркулесы. Занятие - обобщение		
31			1	Силачи и Геркулесы. Занятие - обобщение		
32			1	Проектная деятельность		
33			1	Проектная деятельность		
34			1	Проектная деятельность		

V. Методические материалы

1. Товпинец И.П. Уроки здоровья: книга для чтения. – Самара: Корпорация «Федоров» : Издательство «Учебная литература», 2007. - 176 с.
2. Смирнова Т.В. Живые картинки. Природа и мы: книга для чтения. – Самара: Издательский дом «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2005. – 144 с.
3. Смирнова Т.В. удивительные приключения Ани в стране Ознобышей: книга для чтения. – Самара: Корпорация «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2003. - 40 с.
4. Шаулин В.Н. и др. Физическая культура: учебник. – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2012. – 176 с.
5. Фишман И.С., Перелыгина Е.А. Победители стихий: рабочая тетрадь класса: компетентностно-ориентированные задания. – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2008. – 96 с.
6. Еремеева В.Д. Мальчики и девочки: учить по-разному, любить по-разному: нейропедагогика. – Самара: Издательство «Учебная литература», 2005. – 160 с.
7. Фишман И.С., Перелыгина Е.А. Методические рекомендации по формированию ключевых компетенций учащихся начальной школы (с использованием рабочих тетрадей «Победители стихий» и «Символика класса»). – 2-е изд. – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2008. – 128 с.

Литература для детей

1. Свирель: детский экологический журнал для чтения в кругу семьи и в школе для детей среднего школьного возраста/ гл.ред. Г. Турчин. – М.: Редакция альманаха «Лазурь».
2. Филя: журнал для детей о природе/ гл.ред. И. Антипенко. – М.: Издательский дом «Веселые картинки».
3. Девчонки – мальчишки. Школа ремёсел: познавательный журнал по декоративно-прикладному искусству/ О.Кудина. – М.: ООО «Формат-М».
4. Свирель: детский экологический журнал для чтения в кругу семьи и в школе для детей среднего школьного возраста / гл. ред. Г. Турчин. - М.: Редакция альманаха «Лазурь».
5. Филя: журнал для детей о природе / гл. ред. И. Антипенко. _ М.: Издательский дом «Веселые картинки».
6. Девчонки - мальчишки. Школа ремесел: познавательный журнал по декоративно-прикладному искусству / О. Кудина. - М.: ООО «Формат-М».

Интернет-ресурсы

1. В мире растений: научно-популярный журнал/гл.ред. С. Швелидзе. – М.: Центр Медиа Проектов.[URL:www/ver-foltxpo.ru](http://www.ver-foltxpo.ru).
2. ГЕОленок: познавательный журнал про все на свете/ гл.ред. О. Мареева. М.: ООО «Гунер + Яр Магазин».[URL:www/geo.ru](http://www/geo.ru)

Материально-техническое обеспечение

- компьютер; проекционное оборудование; доступ в Интернет;
- учебно-лабораторное оборудование (микроскоп, тонометр медицинский, весы, сантиметр);
- плакаты (физиология человека, здоровый образ жизни, профилактика заболеваний, правила дорожного движения, экологические проблемы и т.д.);
- необходимый реквизит для практических работ (оказание первой помощи, сервировка стола и т.п.).

Планируемые результаты освоения обучающимися программы курса **Личностные универсальные учебные действия**

У обучающегося будут сформированы:

- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
- чувство гордости отечественными спортивными достижениями;
- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
- основа для развития чувства прекрасного через представления о физической красоте человека и её совершенствовании в активной жизнедеятельности; приобщение к красоте родной природы

V. Методические материалы

8. Товпинец И.П. Уроки здоровья: книга для чтения. – Самара: Корпорация «Федоров» : Издательство «Учебная литература», 2007. - 176 с.
9. Смирнова Т.В. Живые картинки. Природа и мы: книга для чтения. – Самара: Издательский дом «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2005. – 144 с.
10. Смирнова Т.В. удивительные приключения Ани в стране Ознобышей: книга для чтения. – Самара: Корпорация «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2003. - 40 с.
11. Шаулин В.Н. и др. Физическая культура: учебник. – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2012. – 176 с.
12. Фишман И.С., Перелыгина Е.А. Победители стихий: рабочая тетрадь класса: компетентностно-ориентированные задания. – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2008. – 96 с.
13. Еремеева В.Д. Мальчики и девочки: учить по-разному, любить по-разному: нейропедагогика. – Самара: Издательство «Учебная литература», 2005. – 160 с.
14. Фишман И.С., Перелыгина Е.А. Методические рекомендации по формированию ключевых компетенций учащихся начальной школы (с использованием рабочих тетрадей «Победители стихий» и «Символика класса»). – 2-е изд. – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2008. – 128 с.

Литература для детей

7. Свирель: детский экологический журнал для чтения в кругу семьи и в школе для детей среднего школьного возраста/ гл.ред. Г. Турчин. – М.: Редакция альманаха «Лазурь».
8. Филя: журнал для детей о природе/ гл.ред. И. Антипенко. – М.: Издательский дом «Веселые картинки».
9. Девчонки – мальчишки. Школа ремёсел: познавательный журнал по декоративно-прикладному искусству/ О.Кудина. – М.: ООО «Формат-М».
10. Свирель: детский экологический журнал для чтения в кругу семьи и в школе для детей среднего школьного возраста / гл. ред. Г. Турчин. - М.: Редакция альманаха «Лазурь».
11. Филя: журнал для детей о природе / гл. ред. И. Антипенко. _ М.: Издательский дом «Веселые картинки».
12. Девчонки - мальчишки. Школа ремесел: познавательный журнал по декоративно-прикладному искусству / О. Кудина. - М.: ООО «Формат-М».

Интернет-ресурсы

3. В мире растений: научно-популярный журнал/гл.ред. С. Швелидзе. – М.: Центр Медиа Проектов.[URL:www/ver-foltxpo.ru](http://www.ver-foltxpo.ru).
4. ГЕОленок: познавательный журнал про все на свете/ гл.ред. О. Мареева. М.: ООО «Гунер + Яр Магазин».[URL:www/geo.ru](http://www/geo.ru)

Материально-техническое обеспечение

- компьютер; проекционное оборудование; доступ в Интернет;
- учебно-лабораторное оборудование (микроскоп, тонометр медицинский, весы, сантиметр);
- плакаты (физиология человека, здоровый образ жизни, профилактика заболеваний, правила дорожного движения, экологические проблемы и т.д.);
- необходимый реквизит для практических работ (оказание первой помощи, сервировка стола и т.п.).

