

Аннотации к рабочим программам

Внеурочной деятельности

на 2020-2021 учебный год.

1 класс.

1	Название курса	Уроки здорового питания
2	Класс	1
3	Количество часов	31ч
4	Срок реализации программы	2020-2021 учебный год
5	Цель и задачи учебной дисциплины	<p>Цель программы: формирование у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.</p> <p>Задачи:</p> <p>а) <u>обучающая</u> – формирование теоретических знаний в процессе изучения программы и совместной деятельности семьи, школы, общественности об основах рационального правильного питания;</p> <p>б) <u>развивающая</u> – способствовать развитию познавательного интереса и самостоятельной активности в процессе изучения, исследования, анализа и практических действий о правильном питании;</p> <p>в) <u>воспитывающая</u> – создание комфортных условий для получения информации о правильном питании через коллективную, групповую работу; выработка потребностей в соблюдении санитарно-гигиенических норм; воспитание воли и настойчивости, аккуратности в организации правильного питания и соблюдения режима дня, стремления к активной практической деятельности по реализации знаний о здоровом образе жизни.</p>
6	Перечень основных разделов дисциплины	<p><i>1. Давайте познакомимся (1 ч.)</i> Познакомить учащихся с целями и задачами курса. Обобщить уже имеющиеся знания об основах рационального питания.</p> <p><i>2. Если хочешь быть здоров (2 ч.)</i> Дать детям представление об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях; формировать представление о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья.</p>

		<p><i>3. Самые полезные продукты (3 ч.)</i> Формировать представление об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах, вызывающих изменение в рационе питания; расширить представление о пользе овощей, фруктов, соков.</p> <p><i>4. Как правильно есть (2 ч.)</i> Формировать у детей представление о зависимости рациона питания от физической активности; научить оценивать свой рацион питания.</p> <p><i>5. Удивительные превращения тирожка (4 ч.)</i> Дать представление о предметах кухонного оборудования, их назначения; познакомить детей с одним из основных принципов устройства кухни – строгое разграничение готовых и сырых продуктов.</p> <p><i>6. Кто жить умеет по часам (2 ч.)</i> Дать представление о важности регулярного питания, соблюдения режима питания.</p> <p><i>7. Всем весело гулять (2 ч.)</i> Дать представление о важности регулярных прогулок на свежем воздухе.</p> <p><i>8. Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной? (3 ч.)</i> Сформировать у детей представления о завтраке как обязательном компоненте ежедневного меню, различных вариантах завтрака. Расширить представление детей о предметах сервировки стола, правилах сервировки стола для ежедневного приёма пищи.</p> <p><i>9. Плох обед, если хлеба нет (4 ч.)</i> Формирование представления об обеде как обязательном компоненте ежедневного рациона питания, его структуре</p> <p><i>10. Полдник. Время есть булочки (4 ч.)</i> Расширить знания детей о полезности продуктов, получаемых из зерна; о традиционных народных блюдах, приготовляемых из зерна.</p> <p><i>11. Пора ужинать (4 ч.)</i> Формирование представления об ужине как обязательном компоненте ежедневного рациона питания, его составе.</p> <p><i>12. Обобщающее занятие (1 ч.)</i></p>
--	--	--

7	УМК	Авторская программа по курсу «Уроки здорового питания» Безруких М.М., Филипповой Т.А., Макеевой А.Г.
---	-----	--

1	Название курса	Уроки здоровья
2	Класс	1
3	Количество часов	33ч
4	Срок реализации программы	2020-2021 учебный год
5	Цель и задачи учебной дисциплины	<p>Основная цель курса – научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами быта.</p> <p><i>Задачи курса</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • формировать ценностное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих; • сформировать представления о взаимовлиянии различных видов здоровья человека; о влиянии нравственности человека на состояние его здоровья; об оздоровительном влиянии природы на человека; о негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека • привить понимание важности физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества; • мотивировать на выполнение санитарно-гигиенических правил, соблюдение режима дня; • прививать интерес к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях • формировать мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья. • развивать познавательную активность младших школьников, творческие способности, любознательность, расширять

		<p>кругозор учащихся; развивать умение сравнивать, анализировать жизненные ситуации; развивать умение проводить самостоятельные наблюдения.</p> <ul style="list-style-type: none"> • воспитывать у младших школьников потребность к здоровому образу жизни.
6	Перечень основных разделов дисциплины	<p>Раздел 1 «Дружи с водой» (2 часа) Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Заучивание слов. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды. Игра «Доскажи словечко». Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Игра «Наоборот». Творческая работа.</p> <p>Раздел 2 «Забота о глазах» (2 часа) Беседа об органах зрения. Заучивание слов. Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Игра «Полезно – вредно». Правила бережного отношения к зрению. Знакомство с доктором Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», Раз, два, три-беги!»</p> <p>Раздел 3 «Уход за ушами» (1 час) Разыгрывание ситуации. Проведение опытов. Оздоровительная минутка. Правила сохранения слуха.</p> <p>Раздел 4 «Уход за зубами» (4 часа) Игра «Угадай-ка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование. Беседа. Знакомство с доктором Здоровая Пища. Упражнение «Спрятанный сахар». Оздоровительная минутка. Зачем человеку зубная щётка? Практическая работа. Разучивание стихотворение. Тест. Психологический тренинг «Сотвори солнце в себе». Встреча с доктором Здоровые Зубы. Практические занятия. Оздоровительная минутка. Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.</p> <p>Раздел 5 «Уход за руками и ногами» (1 час)</p>

		<p>Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками. Оздоровительная минутка. Игросоревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая работа. Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч».</p> <p>Раздел 6 «Забота о коже» (4 часа)</p> <p>Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей. Беседа об органах чувств. Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Работа по таблице «Строение кожи». Моделирование схемы. Тест. Рассказ учителя о повреждениях кожи. Игра «Можно или нельзя». Оздоровительная минутка «Этюд души». Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?» Разучивание игр «Круговые салки», эстафеты со скакалками, «Весёлая эстафета», «Поезд».</p> <p>Раздел 7 «Как следует питаться» (2 часа)</p> <p>Повторение правил здоровья. Заучивание слов. Встреча с доктором Здоровая Пища. Упражнение для осанки «Гора». Работа по таблице «Органы пищеварения». Игра «Продолжи сказку». Советы доктора Здоровая Пища. Анализ ситуации. Игра «Угадайка». Проведение опыта. Оздоровительная минутка. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?». Золотые правила питания.</p> <p>Раздел 8 «Как сделать сон полезным?» (1 час)</p> <p>Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Повторение правил здоровья. Анализ ситуации. Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам», Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».</p> <p>Раздел 9 «Настроение в школе» (1 час)</p> <p>Встреча с доктором Любовь. Оздоровительная минутка. Упражнение «Азбука волшебных слов. Тест.</p> <p>Раздел 10 «Настроение после школы» (2 часа)</p> <p>Беседа. Анализ и разыгрывание</p>
--	--	---

		<p>ситуации. Упражнение «Любишь – не любишь», Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ».</p> <p>Раздел 11 «Поведение в школе» (2 часа)</p> <p>Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?» Творческая работа «Придумай правила». Анализ ситуаций. Чтение и работа по содержанию рассказов М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой».</p> <p>Раздел 12 «Вредные привычки» (3 часа)</p> <p>Беседа «Это красивый человек». Игра «Да - нет». Оздоровительная минутка «Деревце». Анализ ситуации. Слово учителя. Заучивание слов. Это нужно запомнить! Практическая работа в парах. Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня».</p> <p>Раздел 13 «Мышцы, кости и суставы» (2 часа)</p> <p>Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка «Самомассаж ушей». Это интересно. Правила первой помощи. Встреча с доктором Стройная Осанка. Это интересно! Оздоровительная минутка. Работа по таблице. Правила для поддержания правильной осанки. Практические упражнения.</p> <p>Раздел 14 «Как закаляться. Обтирание и обливание» (1 час)</p> <p>Сказка о микробах. Правила закаливания. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Творческая работа. Это интересно! Тест «Здоровый человек – это...»</p> <p>Раздел 15 «Как правильно вести себя на воде» (1 час)</p> <p>Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде. Работа по таблицам «Учись плавать». Имитация движений пловца.</p> <p>Раздел 16 «Повторение» (4 часа)</p> <p>Встреча с докторами здоровья. Игра-рассуждение «Здоровый человек-это...», Оздоровительная минутка. Игра «Хорошо-плохо». Повторение правил</p>
--	--	--

		здоровья. Памятка Здоровичков. Анализ ситуаций. Подвижные игры на воздухе.
7	УМК	Авторская программа по курсу «Уроки здоровья» Муртазина Г.М.

1	Название курса	Портфолио
2	Класс	1
3	Количество часов	32 ч
4	Срок реализации программы	2020-2021 учебный год
5	Цель и задачи учебной дисциплины	<p>Цель программы: социализация учащихся в ходе рефлексии и самооценки динамики личностных, метапредметных результатов внеурочной деятельности</p> <p>Задачи обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • поддержать высокую учебную мотивацию учащихся; • поощрять их активность и самостоятельность, расширять возможности обучения и самообучения; • развивать навыки рефлексивной и оценочной (в том числе самооценочной) деятельности учащихся; • формировать умения учиться — ставить цели, планировать и организовывать собственную учебную деятельность; <p>выявлять и развивать индивидуальные творческие способности ребенка; стимулировать обучающихся к выполнению социальных исследований и проектов, созданию творческих работ по итогам праздников, экскурсий, походов и др.</p> <p>Решение названных задач обеспечит формирование системы ценностей первоклассника:</p> <ul style="list-style-type: none"> • патриотизм (любовь к России, к своему народу, к своей малой родине; служение Отечеству); • социальная солидарность (свобода личная и национальная; доверие к людям, институтам государства и гражданского общества; справедливость, милосердие, честь, достоинство); • гражданственность (правовое государство, гражданское общество, долг перед Отечеством, старшим поколением и семьей, закон и правопорядок, межэтнический мир, свобода совести и вероисповедания); • семья (любовь и верность, здоровье, достаток, почитание родителей, забота о старших и младших, забота о продолжении рода); • труд и творчество (творчество и созидание, целеустремленность и настойчивость, трудолюбие,

		<p>бережливость);</p> <ul style="list-style-type: none"> • наука (познание, истина, научная картина мира, экологическое сознание); • традиционные российские религии (системные культурологические представления о религиозных идеалах); • искусство и литература (красота, гармония, духовный мир человека, нравственный выбор, смысл жизни, эстетическое развитие); • природа (жизнь, родная земля, заповедная природа, планета Земля); • человечество (мир во всем мире, многообразие культур и народов, прогресс человечества, международное сотрудничество).
6	Перечень основных разделов дисциплины	<p>Раздел 1. Знакомьтесь, это я. Мой портрет. Мой досуг. Моя семья. Я о себе...Что меня радует в людях. Моя родословная. Мои родственники по линии мамы / папы. Я познаю мир. Я – гражданин своей Родины. Моя маленькая родина. Моя родная улица. Знаменитые люди села.</p> <p>Раздел 2. «Мое здоровье» Распорядок дня. Правила безопасности. Правила пешеходов. Безопасный маршрут «Дом-школа», «Школа- дом».</p> <p>Раздел 3. Моя школа. Мой класс. Чему учат в школе. Мой класс. Моя школьная жизнь. Законы школьной и классной жизни. Права и обязанности ребёнка. Мои друзья. Рисунок для друга. Мои добрые дела. Доброта – важная черта характера первоклассника. Как я отношусь к людям.</p> <p>Раздел 4. Мои учебные достижения. Учимся ставить цели. Мои цели – 1 класс. Мое созвездие успеха. Путешествие по предметным страницам.</p> <p>Разделы 5-7. Мои достижения. Мои проектные работы. Пожелания и отзывы. Мои достижения в школе и вне школы. Творческие и игровые проекты. Пожелания и отзывы.</p>
7	УМК	Авторская программа по курсу «Портфолио» А,В,Иванова.

