

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Далматовская средняя общеобразовательная школа №3»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА УРОВНЕ НОО  
«ЗОЖ и безопасность»

Составители: Уфимцева О. А. , учитель начальных классов,  
первая квалификационная категория  
Усольцева Т.В., учитель начальных классов,  
высшая квалификационная категория  
Григорьева М.Е., учитель начальных классов,  
высшая квалификационная категория  
Уйко О.С., учитель начальных классов,  
первая квалификационная категория  
Бычкова Т.Г., учитель начальных классов,  
первая квалификационная категория  
Душечкина Л.И., учитель начальных классов,  
первая квалификационная категория  
Останина Т.М., учитель начальных классов  
высшая квалификационная категория  
Бибердова Л.В.учитель начальных классов,  
первая квалификационная категория

## Пояснительная записка

Рабочая программа к курсу «ЗОЖ и безопасность» составлена в соответствии с требованиями:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.
2. Основной образовательной программы НОО МКОУ «Далматовская средняя общеобразовательная школа №3».

Программа данного курса представляет систему занятий для учащихся 1 - 4 классов и рассчитана на четыре года обучения (135 часов), 33 занятия в 1 классе, 34 занятия – во 2 - 4 классах.

Возможны обстоятельства, когда часть программы будет реализовываться с использованием дистанционных технологий.

### 1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Освоение программы курса «ЗОЖ и безопасность» поможет достижению обучающимися личностных и метапредметных результатов основной образовательной программы начального общего образования. Обучающиеся научатся воспитывать в себе такие качества, как доброта, вежливость, честность, правдивость, дружелюбие, взаимовыручка.

#### *Личностные результаты:*

#### 1 класс

##### **Самоопределение (личностное, профессиональное, жизненное):**

- наличие внешней мотивации к познанию основ гражданской идентичности в аспекте формирования потребности введения здорового образа жизни;
- выступление в роли наблюдателя и исполнителя заданий учителя;
- наличие элементарных правил нравственного поведения в социуме;
- наличие первичного опыта взаимодействия с окружающим миром;
- действия согласно установленным учителем правилам;
- сформированность элементарных правил безопасного поведения и личной гигиены.

##### **Смыслообразование:**

- осознание себя в роли первоклассника;
- наличие внешних (в том числе игровых) и внутренних мотивов учебной деятельности.

##### **Нравственно-этическая ориентация:**

- сформированность уважительного отношения к ответам одноклассников;
- способность учитывать интересы и чувства других людей;
- осознание ответственности за результаты учебной деятельности;
- освоение планирования и организации деятельности, положительное отношение к конструктивным результатам деятельности лиц ближайшего окружения;
- освоение правил общения в классном коллективе;
- способность быть доброжелательным.

#### 2 класс

##### **Самоопределение (личностное, профессиональное, жизненное):**

- проявление желания участвовать в гражданских акциях, связанных с мотивацией на ведение здорового образа жизни;
- проявление желания изучать культуру своего народа в аспекте формирования навыков здорового питания;
- демонстрация творчества в проявлении ценностных установок;
- демонстрация уважительного отношения к сверстникам и взрослым;
- проявление доброты, чуткости, милосердия к людям, представителям разных народов;
- выбор позиции, основанной на нормах нравственности;
- сформированность элементарных правил безопасного поведения на дорогах и в общественном транспорте, правил личной гигиены, а также правил обращения с электро- и газовыми приборами.

##### **Смыслообразование:**

- принятие социальной роли школьника;
- преобладание внутренней учебной мотивации над внешней.

##### **Нравственно-этическая ориентация:**

- сформированность уважительного отношения к ответам одноклассников, мнению взрослых, в том числе педагогов; доброжелательность в отношении к одноклассникам, членам семьи;
- принятие ответственности за результаты учебной и информационной деятельности;
- планирование и организация творческой деятельности, принятие и оценка результатов деятельности лиц ближайшего окружения;
- информированность о профессиях членов семьи и людей из ближайшего окружения, понимание необходимости осуществления профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта;
- уважительное отношение к продуктам художественной деятельности (музыкальной, литературной);
- усвоение норм общения в классе и в повседневных ситуациях;
- умение выстроить собственное бесконфликтное поведение.

### **3 класс**

#### **Самоопределение (личностное, профессиональное, жизненное):**

- принятие самостоятельных решений при осуществлении выбора действий;
- осознанное соблюдение норм нравственного поведения;
- соблюдение экокультурных норм поведения в социоприродной среде;
- демонстрация умения анализа ситуаций и формулирования логических выводов, рассуждений;
- сформированность культуры безопасного поведения в общественных местах, представлений о возможностях сохранения и укрепления собственного здоровья и оказания первой медицинской помощи при переломах, вывихах, термических травмах.

#### **Смыслообразование:**

- принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- наличие познавательных и социальных мотивов учебной деятельности.

#### **Нравственно-этическая ориентация:**

- сформированность уважительного отношения к истории и культуре своего народа в области физической культуры и спорта;
- развитие этических чувств – стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- самостоятельность в осуществлении учебной и информационной деятельности;
- осуществление творческой деятельности, установка на результат, уважение продуктов деятельности других людей;
- информированность о профессиях, представленных в родном краю, стране; понимание значимости этих профессий для человека, семьи, социума;
- способность выражать своё отношение к продуктам художественной деятельности (музыкальной, литературной);
- способность взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в привычных ситуациях;
- умение не создавать конфликтов и разрешать некоторые спорные вопросы.

### **4 класс**

#### **Самоопределение (личностное, профессиональное, жизненное):**

- сформированность ценностей многонационального российского общества;
- сформированность гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- владение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- сформированность уважительного отношения к собственной семье, её членам, традициям;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### **Смыслообразование:**

- принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- наличие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения.

#### **Нравственно-этическая ориентация:**

- сформированность уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов в аспекте потребности ведения здорового образа жизни;
- этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

**Метапредметные результаты** включают освоенные обучающимися универсальных учебных действий (регулятивных, познавательных, коммуникативных).

#### ***Регулятивные универсальные учебные действия***

**Обучающийся/выпускник научится (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

**Обучающийся/выпускник получит возможность научиться (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.

#### ***Познавательные универсальные учебные действия***

**Обучающийся/выпускник научится (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет;
- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
- делать сообщения в устной и письменной форме;
- ориентироваться в разнообразии способов решения задач;
- основам смыслового восприятия художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из сообщений разных видов (в первую очередь, текстов);
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- обобщать, то есть осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;
- устанавливать аналогии;
- владеть рядом общих приёмов решения задач.

**Обучающийся/выпускник получит возможность научиться (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;
- записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ;
- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- произвольно и осознанно владеть общими приёмами решения задач;

#### ***Коммуникативные универсальные учебные действия***

#### **Обучающийся/выпускник научится (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего, речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, диалогической форме коммуникации, используя, в том числе, средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы.

#### ***Обучающийся/выпускник получит возможность научиться (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):***

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия.

#### ***Чтение. Работа с текстом (метапредметные результаты)***

#### **Обучающийся/выпускник научится (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде;
- определять тему и главную мысль текста;
- делить тексты на смысловые части, составлять план текста;
- вычленять содержащиеся в тексте основные события, устанавливать их последовательность, упорядочивать информацию по заданному основанию;
- сравнивать между собой объекты, описанные в тексте, выделяя 2–3 существенных признака;
- понимать информацию, представленную в неявном виде (например, находить в тексте несколько примеров, доказывающих приведённое утверждение, характеризовать явление по его описанию, выделять общий признак группы элементов).

#### ***Обучающийся/выпускник получит возможность научиться (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):***

- использовать формальные элементы текста (например, подзаголовки, сноски) для поиска нужной информации;
- работать с несколькими источниками информации;
- сопоставлять информацию, полученную из нескольких источников.

Работа с текстом: преобразование и интерпретация информации

**Обучающийся/выпускник научится (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно;
- соотносить факты с общей идеей текста, устанавливать простые связи, не показанные в тексте напрямую;
- формулировать несложные выводы, основываясь на тексте; находить аргументы, подтверждающие вывод.

**Обучающийся/выпускник получит возможность научиться (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- делать выписки из прочитанных текстов с учётом цели их дальнейшего использования.

**Работа с текстом: оценка информации**

**Обучающийся/выпускник научится (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- высказывать оценочные суждения и свою точку зрения о прочитанном тексте;
- оценивать содержание, языковые особенности и структуру текста, определять место и роль иллюстративного ряда в тексте.

**Обучающийся/выпускник получит возможность научиться (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- сопоставлять различные точки зрения;
- соотносить позицию автора с собственной точкой зрения.

**Формирование ИКТ-компетентности обучающихся (метапредметные результаты)**

**Обучающийся/выпускник научится (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- использовать безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы с компьютером и другими средствами ИКТ, выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку);
- технологии ввода информации в компьютер: ввод текста, запись звука, изображения, цифровых данных.

**Обучающийся/выпускник научится (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- вводить информацию в компьютер с использованием различных технических средств (фото- и видеокамеры, микрофона и т. д.), сохранять полученную информацию, набирать небольшие тексты на родном языке, набирать короткие тексты на иностранном языке, использовать компьютерный перевод отдельных слов;
- сканировать рисунки и тексты.

**Обучающийся/выпускник получит возможность научиться (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- использовать программу распознавания сканированного текста на русском языке.

**Обработка и поиск информации**

**Обучающийся/выпускник научится (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

- подбирать подходящий по содержанию и техническому качеству результат видеозаписи и фотографирования, использовать сменные носители (флеш-карты);
- описывать по определённому алгоритму объект или процесс наблюдения, записывать аудиовизуальную и числовую информацию о нём, используя инструменты ИКТ;
- собирать числовые данные в естественно-научных наблюдениях и экспериментах, используя цифровые датчики, камеру, микрофон и другие средства ИКТ, а также в ходе опроса людей;
- редактировать тексты, изображения, слайды в соответствии с коммуникативной или учебной задачей, включая редактирование текста, цепочек изображений, видео- и аудиозаписей, фотоизображений;

– пользоваться основными функциями стандартного текстового редактора, использовать полуавтоматический орфографический контроль, использовать, добавлять и удалять ссылки в сообщениях разного вида, следовать основным правилам оформления текста;

– искать информацию в соответствующих возрасту цифровых словарях и справочниках, базах данных, контролируемом Интернете, системе поиска внутри компьютера, составлять список используемых информационных источников (в том числе с использованием ссылок);

– заполнять учебные базы данных.

**Обучающийся/выпускник получит возможность научиться (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

– грамотно формулировать запросы при поиске в сети Интернет и базах данных, оценивать, интерпретировать и сохранять найденную информацию, критически относиться к информации и к выбору источника информации.

### **Создание, представление и передача сообщений**

**Обучающийся/выпускник научится (в первом, втором, третьем, четвёртом классах):**

– создавать текстовые сообщения с использованием средств ИКТ, редактировать, оформлять и сохранять их;

– готовить и использовать презентацию перед небольшой аудиторией: создавать план презентации, выбирать аудиовизуальную поддержку, писать пояснения и тезисы для презентации;

– создавать простые схемы, диаграммы, планы и пр.;

– создавать простые изображения, пользуясь графическими возможностями компьютера, составлять новое изображение из готовых фрагментов (аппликация);

– размещать сообщение в информационной образовательной среде образовательной организации;

– пользоваться основными средствами телекоммуникации,

– участвовать в коллективной коммуникативной деятельности в информационной образовательной среде, фиксировать ход и результаты общения на экране и в файлах.

### **Формирование ИКТ-компетентности обучающегося:**

5.1. Знакомство со средствами ИКТ, гигиена работы с компьютером:

– умение использовать безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы с компьютером и другими средствами ИКТ.

5.2. Обработка и поиск информации:

– умение подбирать подходящий по содержанию и техническому качеству результат видеозаписи и фотографирования;

– умение редактировать тексты, изображения, слайды в соответствии с коммуникативной или учебной задачей;

– умение искать информацию в соответствующих возрасту цифровых словарях и справочниках, базах данных, контролируемом Интернете.

5.3. Создание, представление и передача сообщений:

– умение создавать текстовые сообщения с использованием средств ИКТ, редактировать, оформлять и сохранять их;

– умение создавать простые сообщения в виде аудио- и видефрагментов или последовательности слайдов с использованием иллюстраций, видеоизображения, звука, текста.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности «ЗОЖ и безопасность»**

Реализация рабочей программы предполагает включение обучающихся в такие виды деятельности, как игровая, познавательная, проектная, социально-значимая, ценностно-ориентированная, спортивно-оздоровительная.

Занятия курса внеурочной деятельности проводятся в форме бесед, рассказов, игр и игровых ситуаций, кукольных театров, экскурсий, весёлых спортивных стартов, олимпиад, конкурсов. Обучающимся предлагается участвовать в конкурсе рисунков, плакатов. Они могут стать режиссёрами и актёрами видеороликов, агитбригад и т. д.

Особое внимание уделяется использованию проектной деятельности совместно с родителями обучающихся.

Физическое воспитание младших школьников, процесс формирования у них здорового образа жизни предполагает усиление внимания к формированию представлений о культуре здоровья и физической культуры, наличие у детей первоначального опыта самостоятельного выбора в пользу здорового образа жизни, интереса к физическому развитию, спорту, отказ от курения и употребления наркотиков посредством включения в такие виды деятельности, как игровая, познавательная, проектная, социально значимая деятельность, ценностно-ориентированная, спортивно-оздоровительная, которые предполагают:

- начальное самоопределение младших школьников в сфере здорового образа жизни (организация исследований, обмена мнениями учащихся о здоровье человека, биологических основах деятельности организма, различных оздоровительных системах и системах физических упражнений для поддержания здоровья, традициях физического воспитания и здоровьесбережения в культуре народов России, Курганской области и других стран);
- предоставление школьникам возможностей предъявления сверстникам индивидуальных достижений в различных видах спортивных состязаний, подвижных играх, демонстрация успехов деятельности спортивных и туристической секций;
- предъявление примеров ведения здорового образа жизни из жизни жителей Курганской области (олимпийские чемпионы, спортсмены с ограниченными возможностями здоровья);
- ознакомление обучающихся с основами ведения здорового образа жизни, физической культуры, с народными играми Зауралья, со спортивно-оздоровительной инфраструктурой ближайшего социума;
- включение младших школьников в санитарно-просветительскую деятельность и пропаганда занятий физической культурой в ходе детско-родительских и семейных соревнований;
- организация сетевого партнёрства учреждений здравоохранения, спорта, туризма, общего и дополнительного образования;
- коллективные прогулки, туристические походы ученического класса;
- фотовыставки, конкурсы видеороликов, индивидуальные странички в социальных сетях, индивидуальные странички на специальном школьном сайте, посвящённом здоровью;
- дискуссии и беседы по проблемам здорового образа жизни современного ученика (о режиме дня, труда и отдыха, питания, сна, о субъективном отношении к физической культуре);
- разработка учащимися памяток и информационных листовок о нормативно-правовом обеспечении права граждан на сохранение здоровья, о возможностях получения медицинской помощи, об отечественной системе медицинского страхования;
- выступление перед учащимися младших классов по вопросам заботы о собственном здоровье, истории международного и отечественного спорта;
- совместные праздники, турпоходы, спортивные соревнования для детей и родителей.

### **1 класс (33 ч)**

#### **Раздел «Один дома»**

Дом как среда обитания человека и возможные способы защиты человека от экстремальных воздействий в жилище.

Среда обитания человека и её факторы, влияющие на безопасность. Возможные неблагоприятные факторы жилища (превышение допустимой концентрации углекислого газа в воздухе, электромагнитные излучения бытовых приборов, избыточная или недостаточная влажность, нарушение температурного режима, сквозняки, недостаток инсоляции, чрезмерный наружный шум и др.). Способы защиты человека от неблагоприятных факторов в жилище.

*Формы организации:* беседа, урок – путешествие, урок – сказка, практическая работа.

#### *Виды деятельности*

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения, формулировать правила.

Применять правила пользования острыми, колющими и режущими предметами: ножницами, ножом, иглой, отвёрткой, булавкой, спицей. Соблюдать правила безопасного поведения. Объяснять правила противопожарной безопасности при использовании утюга, плиты, ёлочных



гирлянд, бенгальских огней. Объяснять правила поведения при открытых окнах, балконах. Осваивать правила поведения в разных ситуациях: как вести себя дома.

Пользоваться средствами выразительности языка живописи, графики, скульптуры, декоративно-прикладного искусства, художественного конструирования в собственной художественно-творческой деятельности; передавать разнообразные эмоциональные состояния, используя различные оттенки цвета, при создании живописных композиций на заданные темы.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно. Формулировать несложные выводы, основываясь на тексте. Находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

### **Раздел «Улица»**

Поведение на улице. Безопасность на детской площадке. Безопасность на спортивной площадке. Опасные места на улице. Что делать если потерялся в городе? Переходим улицу.

*Формы организации:* беседа, урок – игра, выставка рисунков, самостоятельная работа.

#### *Виды деятельности*

Объяснять элементарные правила поведения на проезжей части, игровой площадке, при пользовании мячом, велосипедом, роликами. Объяснять и применять правила поведения на детской площадке, при пользовании качелями, горками, каруселями. Соблюдать правила безопасного поведения на спортивной площадке. Различать опасные места на улице: открытый колодец, гаражи, линии электропередач. Применять правила безопасного поведения на улице, при общении с незнакомыми людьми. Соблюдать правила дорожного движения при переходе через улицу по зебре, по подземному и наземному переходах, в метро.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте; находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

### **Раздел «Школа»**

Дорога в школу. Переходим улицу. Поведение в школе.

*Формы организации:* беседа, практическая работа, самостоятельная работа, урок – викторина.

#### *Виды деятельности*

Соблюдать правила дорожного движения при переходе через улицу по зебре. Познакомиться с правилами поведения в школе, моделировать и оценивать различные ситуации поведения в школе и в других общественных местах; различать формы поведения, которые допустимы или не допустимы в общественных местах.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

### **Раздел «Природа»**

Ядовитые растения. Ядовитые и съедобные ягоды. Ядовитые и съедобные грибы. Опасные насекомые.

*Формы организации:* беседа, урок – исследование, проект, самостоятельная работа.

#### *Виды деятельности*

Различать съедобные и ядовитые растения на примере своей местности. Различать опасных насекомых. Различать съедобные и ядовитые растения своей местности и опасных насекомых.

Ориентироваться в важнейших для страны и личности событиях и фактах прошлого и настоящего, оценивать их возможное влияние на будущее, приобретая тем самым чувство исторической перспективы.

Наблюдать и описывать проявления богатства внутреннего мира человека в его созидательной деятельности на благо семьи, в интересах образовательной организации, социума, этноса, страны.

Участвовать в беседе, задавать вопросы; вступать в диалог; отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

### **Раздел «Гигиена»**

Зачем нужно мытьё рук? Чем опасны невымытые овощи? Умывание. Выбираем одежду по сезону.

*Формы организации:* беседа, урок – викторина, урок – игра, проект, самостоятельная работа.

#### *Виды деятельности*

Применять на практике элементарные правила гигиены. Моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья. Знать элементарные правила гигиены.

Пользоваться средствами выразительности языка живописи, графики, скульптуры, декоративно-прикладного искусства, художественного конструирования в собственной художественно-творческой деятельности; передавать разнообразные эмоциональные состояния, используя различные оттенки цвета, при создании живописных композиций на заданные темы.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно. Формулировать несложные выводы, основываясь на тексте. Находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Участвовать в беседе, задавать вопросы; вступать в диалог; отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

### **Раздел «Воспитание»**

Воспитание. Помогаем взрослым и малышам. Я и животные.

*Формы организации:* беседа, выставка рисунков, проект, самостоятельная работа.

#### *Виды деятельности*

Осваивать правила поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дороге, в школе.

Пользоваться средствами выразительности языка живописи, графики, скульптуры, декоративно-прикладного искусства, художественного конструирования в собственной художественно-творческой деятельности; передавать разнообразные эмоциональные состояния, используя различные оттенки цвета, при создании живописных композиций на заданные темы.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно. Формулировать несложные выводы, основываясь на тексте. Находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Участвовать в беседе, задавать вопросы; вступать в диалог; отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

### **Раздел «Первая помощь»**

Ожог. Первая помощь при ожогах. Солнечный удар. Первая помощь при солнечном ударе. Сущность, принципы, правила и последовательность оказания первой помощи. Средства для оказания первой помощи. Домашняя аптечка. Оптимальная её комплектность и правила использования, входящих в неё лекарств и принадлежностей.

*Формы организации:* беседа, урок - исследование, проект, самостоятельная работа.

#### *Виды деятельности*

Моделировать в ходе практических работ ситуации по оказанию первой помощи при ожогах кипятком, паром, горячими предметами. Моделировать в ходе практических работ ситуации по оказанию первой помощи при солнечных ударах, перегревах.

Пользоваться средствами выразительности языка живописи, графики, скульптуры, декоративно-прикладного искусства, художественного конструирования в собственной художественно-творческой деятельности; передавать разнообразные эмоциональные состояния, используя различные оттенки цвета, при создании живописных композиций на заданные темы.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно. Формулировать несложные выводы, основываясь на тексте. Находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Участвовать в беседе, задавать вопросы; вступать в диалог; отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

## **2 класс (34 ч)**

### **Раздел «Один дома»**

Дом как среда обитания человека и возможные способы защиты человека от экстремальных воздействий в жилище.

Среда обитания человека и её факторы, влияющие на безопасность. Возможные неблагоприятные факторы жилища (превышение допустимой концентрации углекислого газа в воздухе, электромагнитные излучения бытовых приборов, избыточная или недостаточная влажность, нарушение температурного режима, сквозняки, недостаток инсоляции, чрезмерный наружный шум и др.). Способы защиты человека от неблагоприятных факторов в жилище.

*Формы организации:* беседа, самостоятельная работа, урок – путешествие, практическая работа.

#### *Виды деятельности*

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения, формулировать правила.

Объяснять правила противопожарной безопасности при работе с электроприборами, электричеством. Уметь пользоваться предметами бытовой химии (растворителями, стиральными порошками, чистящими средствами). Соблюдать правила безопасного поведения. Объяснять правила пользования лифтом, правилами поведения при внезапной остановке лифта. Соблюдать правила безопасного поведения дома.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку).

Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

### **Раздел «Городской транспорт»**

Безопасное поведение на транспорте. Основы безопасного поведения при передвижении на различных видах транспорта. Правила безопасного поведения на дороге пешехода и велосипедиста.

Поведение на остановке. Посадка и выход из городского транспорта. Правила поведения в автобусе, трамвае, троллейбусе. Как правильно перейти дорогу после остановки городского транспорта. Место ребёнка при посадке в автомобиле.

*Формы организации:* беседа, самостоятельная работа, выставка рисунков, урок – викторина.

#### *Виды деятельности*

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения, формулировать правила.

Различать формы поведения на остановках общественного транспорта, в общественном транспорте. Соблюдать правила поведения при переходе проезжей части. Объяснять правила пользования ремнём безопасности в салоне автомобиля, детским удерживающим устройством.

Пользоваться средствами выразительности языка живописи, графики, скульптуры, декоративно-прикладного искусства, художественного конструирования в собственной художественно-творческой деятельности, передавать разнообразные эмоциональные состояния, используя различные оттенки цвета, при создании живописных композиций на заданные темы.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

### **Раздел «Природа (животные; если заблудился в лесу)»**

Воспитание бережного отношения к животным, понимание необходимости существования всех видов, неправомерности их деления на «вредных» и «полезных», красивых и некрасивых. Формирование навыков ухода за домашними животными. Понимание необходимости охраны не только самих животных, но и их домов обитания. Формирование представлений о том, что каждое животное должно жить в собственном доме. Правила поведения по отношению к животным во время пребывания на природе. Умение наблюдать за животными и прогнозировать последствия своих действий. Помощь животным обитающим рядом.

*Формы организации:* беседа, самостоятельная работа, практические занятия, урок – спектакль, проект.

#### *Виды деятельности*

Моделировать ситуации при встрече с дикими животными, змеями. Моделировать ситуации при общении с домашними животными. Моделировать ситуации при встрече с опасностью в лесу. Ориентироваться на местности, пользоваться компасом. Соблюдать правила безопасного поведения в природе и при встрече с животными.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

#### **Раздел «Водоёмы»**

Опасные места для купания. Оборудование места для купания. Опасные игры на воде. Коварные предметы (надутые круги, матрасы). На водоёме зимой.

*Формы организации:* беседа, урок – игра, урок – сказка, урок – исследование, практические занятия, самостоятельная работа.

#### *Виды деятельности*

Соблюдать правила безопасного поведения на воде.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

#### **Раздел «Распорядок дня»**

Распорядок дня и здоровье.

Биологические ритмы человека. Распорядок дня и чувство времени. Влияние выполнения распорядка дня на самочувствие и здоровье. Наиболее оптимальный распорядок дня для ученика второго класса.

Гигиена питания.

Функции питания. Основные типы питательных веществ, необходимых организму. Рациональный режим питания. Основные правила приёма пищи. Фастфуды и правильное питание.

*Формы организации:* беседа, самостоятельная работа, урок – игра, практическая работа, урок – сказка, урок – исследование.

#### *Виды деятельности*

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения, формулировать правила.

Моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья. Моделировать в ходе практических работ ситуации по здоровому питанию. Моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

#### **Раздел «Первая помощь»**

Ушиб, растяжение мышцы, вывих – что делать?

Способы и правила охлаждения места ушиба, растяжения, вывиха. Способы обездвиживания сустава при вывихе. Меры по предупреждению растяжений и вывихов при занятии спортом.

Ушиб. Обморожение. Простуда.

*Формы организации:* беседа, самостоятельная работа, выставка рисунков, игры.

##### *Виды деятельности*

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения, формулировать правила.

Моделировать в ходе практических работ ситуации по оказанию первой помощи при падениях, ушибах, синяках. Моделировать в ходе практических работ ситуации по оказанию первой помощи при обморожениях. Моделировать в ходе практических работ ситуации по измерению температуры тела. Соблюдать правила безопасного поведения дома и на улице. Моделировать в ходе игры ситуации по оказанию первой помощи при разных условиях получения травмы.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

#### **Раздел «Воспитание»**

Праздник 23 февраля. Праздник 8 марта. Праздник 9 мая. Семейные праздники.

*Формы организации:* беседа, самостоятельная работа, выставка рисунков, игры.

##### *Виды деятельности*

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения, формулировать правила.

Моделировать ситуации по безопасному поведению при опасных ситуациях в городе (массовые мероприятия и т.д.).

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

### **3 класс (34 ч)**

#### **Раздел «Опасные ситуации дома»**

Опасные ситуации, которые могут возникнуть дома. Как вести себя опасных ситуациях, которые могут возникнуть дома. Правила безопасного поведения дома, по телефону, в случае если незнакомый человек стучится или звонит в дверь. Где можно и где нельзя играть. Правила безопасного пользование электричеством, газом. Огонь и человек. Причина возникновения пожаров в доме. Как себя вести, когда увидели дым. Дым и его опасность. Правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме.

*Формы организации:* беседа, защита проекта, практические занятия, урок – сказка, урок – викторина.

#### *Виды деятельности*

Объяснять правила противопожарной безопасности при обращении с электричеством, при пожарах и задымлениях. Объяснять правила противопожарной безопасности при обращении с газом. Соблюдать правила безопасного поведения. Моделировать в ходе практических работ ситуации по эвакуации из дома при возникновении пожара и ЧС. Моделировать в ходе выполнения проекта ситуации в случае опасности.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Пользоваться средствами выразительности языка живописи, графики, скульптуры, декоративно-прикладного искусства, художественного конструирования в собственной художественно-творческой деятельности, передавать разнообразные эмоциональные состояния, используя различные оттенки цвета, при создании живописных композиций на заданные темы.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

#### **Раздел «Опасные ситуации в городе»**

Опасные ситуации, которые могут возникнуть при контактах с незнакомыми людьми. Правила безопасного общения с незнакомыми людьми на улице, в подъезде. Правила безопасного поведения дома, по телефону, в случае если незнакомый человек стучится или звонит в дверь.

Опасные ситуации социального характера и правила безопасного поведения.

Правила поведения при массовых беспорядках и погромах.

Возможные опасности для здоровья и жизни человека, находящегося в местах массовых беспорядков и погромов. Порядок действий в условиях массовых беспорядков и погромов. Причины

возникновения паники и давки в толпе. Порядок действий при приближении уличной толпы и при нахождении в толпе.

*Формы организации:* беседа, самостоятельная работа, практические занятия, проект.

*Виды деятельности*

Моделировать ситуации по безопасному поведению при опасных ситуациях в городе (массовые мероприятия и т.д.). Соблюдать правила безопасного поведения. Моделировать в ходе практических работ ситуации по поведению в случае опасности.

Использовать безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы с компьютером и другими средствами ИКТ; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку).

Пользоваться средствами выразительности языка живописи, графики, скульптуры, декоративно-прикладного искусства, художественного конструирования в собственной художественно-творческой деятельности, передавать разнообразные эмоциональные состояния, используя различные оттенки цвета, при создании живописных композиций на заданные темы.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

Подбирать подходящий по содержанию и техническому качеству результат видеозаписи и фотографирования, использовать сменные носители (флеш-карты). Описывать по определённому алгоритму объект или процесс наблюдения, записывать аудиовизуальную и числовую информацию о нём, используя инструменты ИКТ.

**Раздел «Опасные природные явления»**

Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад и др. Ориентирование. Правила поведения. Чрезвычайные ситуации природного происхождения — стихийные бедствия. Примеры стихийных бедствий: тайфуны, ураганы, бури (штормы), смерчи, снегопады, метели, наводнения. Их последствия, мероприятия по защите. Причины природных пожаров. Какие правила необходимо выполнять при разжигании костра в лесу (в поле)? Чем опасен лесной (торфяной) пожар? Правила безопасного поведения в условиях природного пожара.

*Формы организации:* беседы, практические занятия, проект, самостоятельная работа.

*Виды деятельности*

Познакомиться с правилами поведения при ЧС (при молнии, грозе, природном пожаре, гололёде). Соблюдать правила безопасного поведения. Соблюдать правила безопасного поведения на дорогах зимой.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя



безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

### **Раздел «Вредные воздействия бытовой техники»**

Вредные воздействия привычных вещей. Почему привычные нам вещи вредны для нас? Как уменьшить воздействие вредных факторов?

Как уменьшить вредное воздействие на организм электромагнитных излучений бытовых приборов, компьютера, мобильного телефона.

Воздействие на организм человека электромагнитных излучений. Основные правила использования электробытовых приборов, компьютера, мобильного телефона.

*Формы организации:* беседа, практические занятия, самостоятельная работа, урок – исследование.

#### *Виды деятельности*

Моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

### **Раздел «Первая помощь»**

Болезни и их возможные причины. Пути передачи инфекционных заболеваний. Внезапная боль. Обморок, головокружение, затуманивание сознания, звон в ушах.

*Формы организации:* беседа, практические занятия, самостоятельная работа, урок – игра.

#### *Виды деятельности*

Моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при инфекционных заболеваниях, при внезапных болях, при обмороках.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

### **Раздел «Патриотическое воспитание»**

Спасатель, пожарный, смелость, мужество. Сотрудники правоохранительных органов, борьба с преступностью, общественный порядок, безопасность дорожного движения. Защитник .отечества, патриотизм, военнослужащий, памятник.

*Формы организации:* беседа, практические занятия, самостоятельная работа, экскурсия.

#### *Виды деятельности*

Различать службы спасения (форма спасателя, полицейского, пожарного, защитника Отечества).

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

## 4 класс (34 ч).

### Раздел «Чрезвычайные ситуации»

Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера, присущие региону, и правила поведения при их угрозе и возникновении.

Сигнал «Внимание всем!» и порядок действий по нему.

Порядок оповещения населения при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций. Способы подачи сигнала «Внимание всем!» и порядок действий в различных условиях. Особенности доведения сигнала «Внимание всем!» при чрезвычайных ситуациях локального и муниципального характера, возникших в данном населенном пункте, и порядок действия.

Наводнение – что делать?

Причины наводнений. Что необходимо заблаговременно предпринять при угрозе наводнения. Рекомендации по правилам безопасного поведения при угрозе и возникновении наводнений.

Если метель застала на улице.

Правила поведения при получении информации об угрозе и возникновении метели. Порядок действий, если метель застала на улице.

Чем опасен ураган (смерч)? Правила поведения.

Причины возникновения урагана (смерча). Правила безопасного поведения при урагане (смерче) в различных условиях обстановки.

Землетрясение и твои действия.

Возможные признаки, предшествующие землетрясению. Действия при оповещении о возможности землетрясения. Правила безопасного поведения в условиях землетрясения.

*Формы организации:* беседа, защита проекта, практические занятия, самостоятельная работа, выставка рисунков.

#### *Виды деятельности*

Познакомиться с правилами поведения при ЧС: штормовое предупреждение, землетрясение, ураган, смерч, буря, шторм, шквал, вихрь, метель, вьюга, пурга, снежная буря, обморожение, снежные заносы; применять на практике правила экстренной эвакуации.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

### Раздел «Безопасность на транспорте»

Безопасность пассажиров. Обязанности пассажиров. Правила посадки в транспортное средство и высадки из него. Поведение при угрозе и во время аварии. Безопасная поза.

Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира.

Безопасность на водном транспорте (морском, речном). Правила безопасного поведения в метро.

*Формы организации:* беседа, практические занятия, викторина, проекты, самостоятельная работа.

#### *Виды деятельности*

Моделировать ситуации по применению правил безопасного поведения на водном транспорте, на железнодорожном транспорте, на метро.

Пользоваться средствами выразительности языка живописи, графики, скульптуры, декоративно-прикладного искусства, художественного конструирования в собственной художественно-творческой деятельности, передавать разнообразные эмоциональные состояния, используя различные оттенки цвета, при создании живописных композиций на заданные темы.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде. Пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно, формулировать несложные выводы, основываясь на тексте, находить аргументы, подтверждающие вывод.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Преобразовывать практическую задачу в познавательную. Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

Подбирать подходящий по содержанию и техническому качеству результат видеозаписи и фотографирования, использовать сменные носители (флеш-карты). Описывать по определённому алгоритму объект или процесс наблюдения, записывать аудиовизуальную и числовую информацию о нём, используя инструменты ИКТ.

### **Раздел «Пиротехнические средства»**

Пиротехнические средства и правила обращения с ними.

Правила покупки, хранения и использования пиротехнических средств. Где запрещается использовать пиротехнические средства?

*Формы организации:* беседа, практические занятия, самостоятельная работа, урок – сказка.

#### *Виды деятельности*

Объяснять правила противопожарной безопасности при использовании пиротехнической техники.

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

### **Раздел «Вредные привычки»**

Вредные привычки и здоровье.

Вредные привычки и их влияние на здоровье.

Индивидуальное здоровье человека. Ценность здоровья. Нездоровье не только ограничение свободы. Основные вредные привычки и хронические болезни. Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Профилактика переутомления.

Чем опасно курение?

Влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Не всему надо подражать.

*Формы организации:* беседа, практические занятия, самостоятельная работа, проект.

#### *Виды деятельности*

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

Обсуждать в коллективе необходимость соблюдения правил здорового образа жизни (отказ от табака и алкоголя).

### **Раздел «Первая помощь»**

Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. Классификация травм у детей.

Ушиб, растяжение мышцы, вывих – что делать?

Способы и правила охлаждения места ушиба, растяжения, вывиха. Способы обездвиживания сустава при вывихе. Меры по предупреждению растяжений и вывихов при занятии спортом.

Правила поведения при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос, горло.

Порядок действий и меры безопасности при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос, горло.

Порядок наложения повязки (пластыря) при ссадинах и ранах.

Признаки, присущие царапине, ссадине, порезу. При каких повреждениях кожи необходимо обязательно обратиться к врачу. Что необходимо выполнить до наложения повязки (пластыря) при порезе, ссадине.

*Формы организации:* беседа, практические занятия, самостоятельная работа, проект, урок – исследование.

#### *Виды деятельности*

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

Моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при вывихах, попадании инородного тела в организм, накладывание повязок.

### **Раздел «Основы здорового образа жизни»**

Двигательная активность и закаливание организма – элементы здорового образа жизни.

Элемент здорового образа жизни и их краткая характеристика. Недостаток движения и его последствия для организма. Понятия и виды закаливания. Закаливание и простудные заболевания.

Микробы. Где живут микробы? Защита от микробов. Средства борьбы с микробами.

Для чего нужно мыться? Уход за волосами. Уход за зубами. Гигиена ногтей. Умывание и купание. Как ухаживать за своим телом. Ухаживание о глазах, ушах, зубах, ногах и руках

Питание и пищеварение. Питательные вещества. Белки – помощники. Откуда берётся энергия. Опасность жиров. Витамины. Сбалансированное питание. Пищевая аллергия.

Для чего нужны физические упражнения. Виды упражнений. Работа мускулов. Зарядка. Дыхание. Питание и отдых.

Командные виды спорта. Одиночные виды спорта. Игры народов мира.

Спортивные игры и безопасность.

Обязательный медицинский осмотр и его значение.

Основные правила популярных спортивных игр: их соблюдение и безопасность. Порядок действий при получении травм в ходе спортивной игры.

*Формы организации:* беседа, практические занятия, самостоятельная работа, проект, урок – игра, урок – викторина, урок – путешествие, весёлые старты.

#### *Виды деятельности*

Участвовать в беседе, задавать вопросы, вступать в диалог, отвечать на итоговые вопросы и оценивать свои достижения, формулировать правила.

Формулировать собственное мнение и позицию. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Выполнять на основе знакомства с персональным компьютером (другими средствами ИКТ) как техническим средством, его основными устройствами и их назначением базовые действия, используя безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приёмы работы; выполнять компенсирующие физические упражнения (мини-зарядку). Пользоваться компьютером для поиска и воспроизведения необходимой информации. Пользоваться компьютером для решения доступных учебных задач с простыми информационными объектами (текстом, рисунками, доступными электронными ресурсами).

Моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья. Знать и применять на практике элементарные правила гигиены. Моделировать в ходе практических работ ситуации по здоровому питанию. Знать виды пищевой аллергии. Знать виды упражнений. Знать виды спорта. Знать игры народов мира.

### 3. Тематическое планирование

#### 1 класс

Содержание программы (темы, разделы)	Кол-во часов
Один дома	5
Улица	6
Школа	5
Природа	5
Гигиена	5
Воспитание	3
Первая помощь	4
<b>Итого</b>	<b>33</b>

#### 2 класс

Содержание программы (темы, разделы)	Кол-во часов
Один дома	5
Городской транспорт	5
Природа (животные; если заблудился в лесу)	5
Водоёмы	5
Распорядок дня	4
Первая помощь	5
Воспитание	5

<b>Итого</b>	<b>34</b>
--------------	-----------

### 3 класс

Содержание программы (темы, разделы)	Кол-во часов
Опасные ситуации дома	<b>6</b>
Опасные ситуации в городе	<b>6</b>
Опасные природные явления	<b>6</b>
Вредные воздействия бытовой техники	<b>4</b>
Первая помощь	<b>6</b>
Патриотическое воспитание	<b>6</b>
<b>Итого</b>	<b>34</b>

### 4 класс

Содержание программы (темы, разделы)	Кол-во часов
Чрезвычайные ситуации	<b>7</b>
Безопасность на транспорте	<b>5</b>
Пиротехнические средства	<b>2</b>
Вредные привычки	<b>4</b>
Первая помощь	<b>6</b>
Основы здорового образа жизни	<b>10</b>
<b>Итого</b>	<b>34</b>