

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №117»**

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора МБОУ СОШ № 117  
№ 01-08/90 от 31.08.2015г.  
Внесены изменения от 15.08.2017  
приказ № 01-08/87

**Программа  
курса внеурочной деятельности  
социального направления  
«Полезные привычки»  
образовательная система «Перспектива»  
начальное общее образование**

**г. Снежинск**

## Пояснительная записка

Целью программы курса внеурочной деятельности «Полезные привычки» является социальное развитие личности, предусматривающее, принятие нравственных установок созидания, справедливости, добра, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости становление основ гражданской российской идентичности, любви и уважения к своему Отечеству; укрепление здоровья учащихся и овладение детьми навыка «здорового образа жизни»; овладения системой знаний, умений и навыков эмоционального, оценочного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни, необходимых для повседневной жизни

Задачи курса:

- укрепление здоровья, содействие физическому развитию, улучшение осанки, выработка представлений об основных видах спорта, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня;
- приобретения опыта самостоятельной деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению;
- формирования понятийного аппарата как средства описания здоровья и здорового образа жизни;
- формирования дисциплинированности, гражданского самосознания толерантной личности – человека, способного самостоятельно определять свою позицию, заинтересованно и терпимо относиться к позициям и интересам других людей;
- развития личностных качеств обучающихся: устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.

Объем часов: программа рассчитана на 2 года обучения.

Всего: 67 часов, 1 час в неделю (1 класс – 33 часа, 2 класс – 34 часа)

Программа «Полезные привычки» составлена на основе Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ СОШ № 117, а также следующих нормативных документов и методических рекомендаций:

### **Федеральный уровень**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм., внесёнными Федеральными законами от 04.06.2014 г. № 145-ФЗ, от 06.04.2015 г. № 68-ФЗ) // <http://www.consultant.ru/>
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009г. №373 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 г. № 1241, от 22.09.2011 г. №2357, от 18.12.2012 г. № 1060, от 29.12.2014 г. № 1642, от 18.05.2015 г. №507, от 31.12.2015 г. №1576) «Об утверждении

- федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 22.12.2009 г. № 17785). //http:www.consultant.ru/; //http:www.garant.ru/
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г. №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (Зарегистрировано в Минюсте России 03.02.2015 г. № 35847) //http:www.consultant.ru/; //http:www.garant.ru/
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. № 253 «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (в ред. в ред. Приказов Минобрнауки России от 08.06.2015 г. № 1529, от 26.01.2016 г. №38) //http:www.consultant.ru/; //http:www.garant.ru/
5. Приказ Минтруда России от 18.10.2013 г. №544н (с изм. от 25.12.2014 г.) «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2013 г. №30550) //http:www.consultant.ru/; //http:www.garant.ru/
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 г. №1015 (ред. от 28.05.2014 г.) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 01.10.2013 г. № 30067)//http:www.consultant.ru/; //http:www.garant.ru/
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 189 (ред. от 25.12.2013 г.) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 г. № 19993), (в ред. Изменений №1, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.06.2011 № 85, Изменений №2, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 25.12.2013 г. № 72, Изменений №3, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 г. №81), //http:www.consultant.ru/; //http:www.garant.ru/
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 г. №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным

программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 г. №38528) //http://www.consultant.ru/; //http://www.garant.ru/

9. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) //http://www.consultant.ru/; //http://www.garant.ru/

### ***Региональный уровень***

1. Закон Челябинской области от 29.08.2013 г. № 515-30 (ред. от 28.08.2014 г.) «Об образовании в Челябинской области» (подписан Губернатором Челябинской области 30.08.2013 г.) / Постановление Законодательного Собрания Челябинской области от 29.08.2013 г. № 1543.

2. Приказ Министерства образования и науки Челябинской области от 31.12.2014 г. №01/3810 «Об утверждении Концепции развития естественно-математического и технологического образования в Челябинской области «ТЕМП»

### ***Школьный уровень***

1. Учебный план МБОУ СОШ №117

2. Положение о разработке и утверждении рабочих программ по учебным курсам и предметам

## **Методические материалы**

### ***Федеральный уровень***

1. Примерная основная образовательная программа начального общего образования //http://fgosreestr.ru/

2. Методические рекомендации по поддержке деятельности работников физической культуры, педагогических работников, студентов образовательных организаций высшего образования и волонтеров, связанной с поэтапным внедрением Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в субъектах Российской Федерации (утв. Минобрнауки России, Минспортом России 31.10.2014)

### ***Региональный уровень***

1. Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 28.03.2016 г. №03-02/2468 «О внесении изменений в основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования общеобразовательных организаций Челябинской области»

2. Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 02.03.2015 г. № 03-02/1464 «О внесении изменений в основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования общеобразовательных организаций Челябинской

области»

3. Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 11.09.2015 г. № 03-02/7732 «О направлении рекомендаций по вопросам разработки и реализации адаптированных образовательных программ в общеобразовательных организациях»

4. Методические рекомендации по учёту национальных, региональных и этнокультурных особенностей при разработке общеобразовательными учреждениями основных образовательных программ начального, основного, среднего общего образования / В.Н.Кеспиков, М.И.Солодкова, Е.А.Тюрина, Д.Ф.Ильясов, Ю.Ю.Баранова, В.М.Кузнецов, Н.Е.Скрипова, А.В.Кисляков, Т.В.Соловьёва, Ф.А.Зуева, Л.Н.Чипышева, Е.А.Солодкова, И.В.Латыпова, Т.П.Зуева: Мин-во образования и науки Челяб. обл.; Челяб. ин-т переподг. и повышения квалификации работников образования. - Челябинск: ЧИППКРО, 2013. – 164 с.

5. Методические рекомендации для педагогических работников образовательных организаций по реализации Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» /<http://ipk-74.ru/nevvs>,

6. Адаптированная образовательная программа образовательной организации: методические рекомендации по разработке/ М.И.Солодкова, Ю.Ю.Баранова, А.В.Ильина, Н.Ю.Кийкова. – Челябинск: ЧИППКРО, 2014-312

## 1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности Личностные планируемые результаты

№	Критерии сформированности	Коды и личностные результаты обучающихся 1–4 классов			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1	Самоопределение (личностное, профессиональное, жизненное)	1.1. Наличие внешней мотивации к познанию основ гражданской идентичности	1.1. Проявление желания к участию в гражданских акциях	1.1. Появление внутреннего мотива для познания основ гражданской идентичности	1.1. Сформированность основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ, историю России и родного края
		1.2. Преобладание внешнего мотива к	1.2. Появление желания к изучению культуры	1.2. Появление устойчивого внутреннего мотива к	1.2. Осознанность своей этнической и нацио-

№	Критерии сформированности	Коды и личностные результаты обучающихся 1–4 классов			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
		осознанию своей этнической и национальной принадлежности	своего народа	погружению в традиции и культуру своего народа	нальной принадлежности
		1.3. Выступление в роли наблюдателя и исполнителя заданий учителя	1.3. Демонстрация творчества в проявлении ценностных установок	1.3. Принятие самостоятельных решений при осуществлении выбора действий	1.3. Сформированность ценностей многонационального российского общества
		1.4. Наличие элементарных правил нравственного поведения в социуме	1.4. Демонстрация уважительного отношения к сверстникам и взрослым	1.4. Осознанное соблюдение норм нравственного поведения	1.4. Сформированность гуманистических и демократических ценностных ориентаций
		1.5. Наличие первичного опыта взаимодействия с окружающим миром	1.5. Проявление доброты, чуткости, милосердия к людям, представителям разных народов, природе	1.5. Соблюдение экокультурных норм поведения в социоприродной среде	1.5. Сформированность целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий
		1.6. Действия согласно установленным учителем правилам	1.6. Выбор позиции, основанной на нормах нравственности	1.6. Демонстрация умения анализа ситуаций и логических выводов, рассуждений	1.6. Владение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире
		1.7. Сформированность элементарных представлений о собственной семье	1.7. Сформированность представлений о семье и ближайших родственниках	1.7. Сформированность представлений об истории семьи и ее традициях	1.7. Сформированность уважительного отношения к собственной семье, ее

№	Критерии сформированности	Коды и личностные результаты обучающихся 1–4 классов			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
		1.8. Сформированность элементарных правил безопасного поведения и личной гигиены	1.8. Сформированность элементарных правил безопасного поведения на дорогах и в общественном транспорте, правил личной гигиены	1.8. Сформированность культуры безопасного поведения в общественных местах, представлений о возможностях сохранения и укрепления собственного здоровья	1.8 Сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни
2	Смыслообразование	2.1. Осознание себя в роли первоклассника	2.1. Принятие социальной роли школьника	2.1. Принятие и освоение социальной роли обучающегося	2.1. Принятие и освоение социальной роли обучающегося
		2.2. Наличие внешних (в том числе игровых) и внутренних мотивов учебной деятельности	2.2. Преобладание внутренней учебной мотивации над внешней	2.2. Наличие познавательных и социальных мотивов учебной деятельности	2.2. Наличие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения
3	Нравственно-этическая ориентация	3.1. Сформированность уважительного отношения к ответам одноклассников на уроке	3.1. Сформированность уважительного отношения к ответам одноклассников, мнению взрослых, в том числе педагогов	3.1. Сформированность уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре своего народа	3.1. Сформированность уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов
		3.2. Способность учитывать интересы и чувства других людей	3.2. Доброжелательность в отношении к одноклассникам, членам семьи	3.2. Развитие этических чувств: стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения	3.2. Этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам

№	Критерии сформированности	Коды и личностные результаты обучающихся 1–4 классов			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
					других людей
	3.3. Осознание ответственности за результаты учебной деятельности	3.3. Принятие ответственности за результаты учебной и информационной деятельности	3.3. Самостоятельность в осуществлении учебной и информационной деятельности	3.3. Самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
	3.4. Освоение планирования и организации деятельности, положительное отношение к конструктивным результатам деятельности лиц ближайшего окружения	3.4. Планирование и организация творческой деятельности, принятие и оценка результатов деятельности лиц ближайшего окружения	3.4. Осуществление творческой деятельности, установка на результат, уважение к деятельности других людей	3.4. Наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям	
	3.5. Информированность о профессиях членов семьи и людей из ближайшего окружения	3.5. Информированность о профессиях членов семьи и людей из ближайшего окружения, понимание необходимости осуществления профессиональной деятельности	3.5. Информированность о профессиях, представленных в родном краю, стране, понимание значимости этих профессий для человека, семьи, социума	3.5. Уважение к труду других людей, понимание ценности различных профессий, в том числе рабочих и инженерных	
	3.6. Интерес к продуктам художественной, музыкальной, литературной деятельности	3.6. Уважительное отношение к продуктам художественной, музыкальной, литературной	3.6. Способность выражать свое отношение к продуктам художественной, музыкальной,	3.6. Сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств	

№	Критерии сформированности	Коды и личностные результаты обучающихся 1–4 классов			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
			деятельности	литературной деятельности	
	3.7. Освоение правил общения в классном коллективе		3.7. Усвоение норм общения в классе и повседневных ситуациях	3.7. Способность взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в привычных ситуациях	3.7. Навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях
	3.8. Способность быть доброжелательным		3.8. Умение выстроить собственное бесконфликтное поведение	3.8. Умение не создавать конфликтов и разрешать некоторые спорные вопросы	3.8. Умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

### Метапредметные планируемые результаты

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
<b>1. Регулятивные</b>									
1.1. Целеполагание	умение принимать и сохранять учебную задачу	+		+		+	+	+	+
	умение в сотрудничестве с учителем учитывать выделенные ориентиры действия в новом учебном материале	+		+	+	+	+	+	+
	умение преобразовывать практическую задачу в познавательную	+		+		+		+	
	в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи	+		+		+		+	
1.2. Планирование	умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане	+		+	+	+	+	+	+
	умение учитывать установленные правила в планировании способа решения задачи	+		+	+	+	+	+	+

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
	умение различать способ и результат действия			+		+	+	+	+
1.3. Прогнозирование	<i>осуществлять предвосхищающий контроль по результату и по способу действия</i>	+		+		+	+	+	+
1.4. Контроль	умение учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения	+		+		+	+	+	+
	умение в сотрудничестве с учителем осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату действия	+		+	+	+	+	+	+
	<i>умение осуществлять констатирующий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания</i>	+		+		+		+	
1.5. Оценка	способность адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей	+		+		+		+	
	умение оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи	+		+	+	+	+	+	+
	<i>самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия</i>	+		+		+		+	
1.6. Коррекция	умение вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и иностранном языках	+		+	+	+	+	+	+
1.7.	умение под руководством учителя	+		+		+		+	+

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
Познавательная рефлексия	начинать и выполнять действия и заканчивать их в требуемый временной момент, умение тормозить реакции, не имеющие отношение к цели.								
<b>2. Познавательные:</b>									
2.1. Общеучебные	умение под руководством учителя выделять и формулировать познавательную цель			+		+		+	+
	умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель							+	
	умение осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, решение практических и познавательных задач с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников, словарей (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет	+		+		+	+	+	+
	способность структурировать полученные знания	+		+		+		+	+
	умение осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ	+		+		+		+	+
	умение осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме	+		+	+	+	+	+	+
	владеть рядом общих приемов решения задач	+		+		+	+	+	+
	способность ориентироваться на разнообразие способов решения задач	+		+		+	+	+	+
	владение основами смыслового восприятия художественных и познавательных текстов, извлечение необходимой информации из	+		+	+	+	+	+	+

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
	прослушанных текстов различных жанров								
	умение выделять существенную информацию из сообщений разных видов (в первую очередь текстов)	+		+		+	+	+	+
	умение определять основную и второстепенную информацию	+		+		+	+	+	+
	освоенность первичных действий в проектной, конструктивно-модельной, поисковой деятельности в области естественно-математического и технического профиля	+		+		+	+	+	+
	сформированность способностей детей к естественно-научному мышлению, техническому творчеству и интереса к техническим специальностям	+		+		+	+	+	+
	<i>осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения практических и познавательных задач в зависимости от конкретных условий</i>	+		+		+		+	
	<i>произвольно и осознанно владеть общими приемами решения задач</i>	+		+		+		+	
	<i>записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ</i>			+		+		+	
	<i>осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет</i>			+		+		+	
2.2. Знаково-символические	умение использовать знаково-символические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные), для решения задач	+		+		+	+	+	+
	<i>умение создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач</i>	+		+		+		+	
2.3. Логические	умение осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков	+		+	+	+	+	+	+
	умение осуществлять синтез как составление целого из частей	+		+		+	+	+	+
	умение проводить сравнение, сериацию и классификацию по	+		+	+	+	+	+	+

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
	заданным критериям								
	умение осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза	+		+		+		+	+
	умение устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений	+		+	+	+	+	+	+
	умение представлять цепочки объектов и явлений	+		+	+	+	+	+	+
	умение строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях	+		+		+		+	+
	умение устанавливать аналогии	+		+		+		+	+
	умение обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи	+		+		+	+	+	+
	умение выдвигать гипотезы и обосновывать их	+		+		+		+	+
	умение строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей	+		+		+		+	
	умение осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций	+		+		+		+	
	умение осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты	+		+		+		+	
2.4. Постановка и решение проблемы	формулирование проблемы	+		+		+	+	+	+
	самостоятельное создание алгоритмов (способов) деятельности при решении проблем творческого и поискового характера	+		+		+		+	
<b>3. Коммуникативные</b>									

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
3.1. Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками	умение определять цели, функции участников, способы взаимодействия	+		+	+	+	+	+	+
	<i>умение задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером</i>	+		+		+		+	
	<i>умение аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности</i>	+		+		+		+	
	<i>умение учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной</i>	+		+		+		+	
3.2. Постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации	умение строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет	+		+	+	+	+	+	+
	<i>умение с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия</i>	+		+		+		+	
3.3. Разрешение конфликтов	умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве	+	+	+	+	+	+	+	+
	умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	+		+	+	+	+	+	+
	умение выявлять и идентифицировать проблему, осуществлять поиск и оценку альтернативных способов разрешения конфликта, принимать решение и реализовывать его	+		+		+		+	+
	<i>способность понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы</i>	+		+		+		+	
	<i>умение продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций всех участников</i>	+		+		+		+	

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
	<i>умение учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию</i>	+		+		+		+	
3.4. Управление поведением партнера	умение контролировать, корректировать и оценивать действия партнера	+		+		+	+	+	+
	умение допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	+		+		+		+	+
	умение формулировать собственное мнение и позицию	+		+		+		+	+
	<i>умение осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь</i>	+		+		+		+	
3.5. Умение выразить свои мысли	умение адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой)	+		+		+	+	+	+
	умение строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет	+		+	+	+	+	+	+
	умение адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач	+		+	+	+	+	+	+
3.6. Владение монологической и диалогической формами речи	владение диалогической формой коммуникации, в том числе с использованием средств и инструментов ИКТ и дистанционного общения	+		+		+	+	+	+
	использование речи для регуляции своего действия	+		+		+		+	+
	умение строить монологическое высказывание	+		+		+	+	+	+

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
		владение диалогической формой речи	+		+		+	+	+
	<i>умение адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач, планирования и регуляции своей деятельности</i>	+		+		+		+	
<b>4. Чтение. Работа с текстом</b>									
4.1. Поиск информации	умение находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде	+		+	+	+	+	+	+
	умение определять тему и главную мысль текста	+		+	+	+	+	+	+
	умение делить тексты на смысловые части, составлять план текста	+		+		+	+	+	+
	умение вычленять содержащиеся в тексте основные события и устанавливать их последовательность; упорядочивать информацию по заданному основанию	+		+		+	+	+	+
	умение сравнивать между собой объекты, описанные в тексте, выделять 2-3 существенных признака	+		+		+	+	+	+
4.2. Понимание прочитанного	понимание информации, представленной в неявном виде (например, находить в тексте несколько примеров, доказывающих приведенное утверждение; характеризовать явление по его описанию; выделять общий признак группы элементов)	+		+		+	+	+	+
	понимание информации, представленной разными способами: словесно, в виде таблицы, схемы, диаграммы	+		+		+	+	+	+
	понимание текста с опорой не только на содержащуюся в нем информацию, но и на жанр, структуру, выразительные средства текста	+		+		+	+	+	+
	умение использовать различные виды чтения: ознакомительное, изучающее, поисковое; выбирать нужный вид	+		+		+		+	+

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
		чтения в соответствии с целью чтения							
умение ориентироваться в соответствующих возрасту словарях и справочниках	+		+		+	+	+	+	
умение использовать формальные элементы текста (например, подзаголовки, сноски) для поиска нужной информации	+		+		+		+		
умение работать с несколькими источниками информации	+		+		+		+		
умение сопоставлять информацию, полученную из нескольких источников	+		+		+		+		
4.3. Преобразование и интерпретация информации	умение пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно	+		+		+	+	+	+
	умение соотносить факты с общей идеей текста, устанавливать простые связи, не показанные в тексте напрямую	+		+		+	+	+	+
	умение формулировать несложные выводы, основываясь на тексте; находить аргументы, подтверждающие вывод	+		+		+	+	+	+
	умение сопоставлять и обобщать содержащуюся в разных частях текста информацию	+		+		+	+	+	+
	умение составлять на основании текста небольшое монологическое высказывание, отвечая на поставленный вопрос					+	+	+	+
	умение делать выписки из прочитанных текстов с учетом цели их дальнейшего использования	+		+		+		+	
	умение составлять небольшие письменные аннотации к тексту, отзывы о прочитанном	+		+		+		+	
	4.4. Оценка информации	умение высказывать оценочные суждения и свою точку зрения о прочитанном тексте	+		+	+	+	+	+
умение оценивать содержание, языковые особенности и структуру текста; определять место и роль иллюстративного ряда в тексте		+		+		+	+	+	+

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
	умение на основе имеющихся знаний, жизненного опыта подвергать сомнению достоверность прочитанного, обнаруживать недостоверность получаемых сведений, пробелы в информации и находить пути восполнения этих пробелов	+		+		+		+	+
	умение участвовать в учебном диалоге при обсуждении прочитанного или прослушанного текста	+		+		+	+	+	+
	<i>умение сопоставлять различные точки зрения</i>	+		+		+		+	
	<i>умение соотносить позицию автора с собственной точкой зрения</i>	+		+		+		+	
	<i>умение в процессе работы с одним или несколькими источниками выявлять достоверную (противоречивую) информацию</i>	+		+		+		+	
<b>5. Формирование ИКТ-компетентности обучающегося</b>									
5.1. Знакомство со средствами ИКТ, гигиена работы с компьютером	умение использовать безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата эргономичные приемы работы с компьютером и другими средствами ИКТ	+		+	+				
	умение организовывать систему папок для хранения собственной информации в компьютере			+		+	+		
5.2. Технология ввода информации в компьютер: ввод текста, запись звука, изображения, цифровых данных	умение вводить информацию в компьютер с использованием различных технических средств (фото и видеокамеры, микрофона и т. д.), сохранять полученную информацию			+		+	+	+	+
	умение набирать небольшие тексты на родном языке		+	+	+				
	умение набирать короткие тексты на иностранном языке, использовать компьютерный перевод отдельных			+		+	+		

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
	слов								
	умение сканировать рисунки и тексты					+		+	+
5.3. Обработка и поиск информации	умение подбирать подходящий по содержанию и техническому качеству результат видеозаписи и фотографирования			+		+		+	+
	умение использовать сменные носители (флэш-карты)	+		+	+				
	умение описывать по определенному алгоритму объект или процесс наблюдения, записывать аудиовизуальную и числовую информацию о нем, используя инструменты ИКТ			+		+		+	+
	умение собирать числовые данные в естественно-научных наблюдениях и экспериментах, используя цифровые датчики, камеру, микрофон и другие средства ИКТ, а также в ходе опроса людей			+		+	+		
	умение редактировать тексты, последовательности изображений, слайды в соответствии с коммуникативной или учебной задачей			+		+		+	+
	умение пользоваться основными функциями стандартного текстового редактора	+		+	+				
	умение следовать основным правилам оформления текста			+		+	+		
	умение использовать полуавтоматический орфографический контроль			+	+				
	умение использовать, добавлять и удалять ссылки в сообщениях разного вида					+		+	+
	умение искать информацию в системе поиска внутри компьютера			+		+	+		
	умение искать информацию в соответствующих возрасту цифровых словарях и справочниках, базах данных, контролируемом Интернете	+		+	+	+	+	+	+

Универсальные учебные действия / разделы программы	Метапредметные планируемые результаты	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка	Формирование	Оценка
							н ы х)		
	умение составлять список используемых информационных источников (в том числе с использованием ссылок)					+		+	+
	умение заполнять учебные базы данных			+		+	+		
5.4. 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 видеотрекков или последовательности слайдов с использованием иллюстраций, видеоизображения, звука, текста					+		+	+
	умение создавать простые схемы, диаграммы, планы и пр.			+		+		+	+
	умение создавать простые изображения, пользуясь графическими возможностями компьютера	+		+	+				
	умение составлять новое изображение из готовых фрагментов (аппликация)			+	+				
5.5. Планирование деятельности, управление и организация	умение определять последовательность выполнения действий, составлять инструкции (простые алгоритмы) в несколько действий					+		+	+
	умение строить программы для компьютерного исполнителя с использованием конструкций последовательного выполнения и повторения					+		+	+

## 2. Содержание курса внеурочной деятельности

Основным видами учебной деятельности является работа в малых группах, в ходе которой создаются условия для личностного преобразования участников в контексте происходящих с ними нравственных изменений. В программе используются игры-энергизаторы, беседы, дискуссии, мини-рассказы, работа по алгоритму формирования навыка, психогимнастические упражнения, ролевое проигрывание (моделирование), групповое обсуждение, работа по алгоритму формирования навыка.

### 1 класс (33 часа)

#### **Тема 1.** Давайте познакомимся (3 ч.)

Введение. Давайте познакомимся. Моя семья. Герб моей семьи.

#### **Тема 2.** Я – уникальный человек (3 ч.)

Я - неповторимый человек. Способы общения. Что такое общение. Способы общения между людьми. Моя уникальность в классе. Положительный образ Я.

Понятия: Уникальность, ценность, заботливое отношение к себе и другим, как к ценности.

#### **Тема 3.** Культура и Я (3 ч.)

Культура моей страны. Памятники культуры России. Культура русского народа в сказках, пословицах. Праздники. Традиции здорового образа жизни. Моя любимая книга

Понятия: культура, традиция, здоровье.

#### **Тема 4.** Чувства (4 ч.)

Чувства. О чем говорят чувства. Эмоции человека. Какие эмоции мы переживаем. Как можно выражать эмоции. Чувствами можно управлять. Связь чувств с желаниями. Преодоление неприятных чувств.

Понятия: чувства, эмоции, желания, ожидания, поступки, правила

#### **Тема 5.** Решение и здоровье (5 ч.)

Принятие решений. Поступки человека и его отношения с людьми. Мир вокруг нас. Вредные и полезные привычки. Факторы, влияющие на здоровье. Здоровый образ жизни.

Понятия: импульсивный поступок, решение, альтернативы решений, последствия действий

#### **Тема 6.** Я и Здоровье (15 ч.)

Значение здоровья для жизни человека. Связь успешности обучения, труда со здоровьем. Активность. Бодрость. Утренняя гимнастика. Сопrotивляемость

организма заболеваниям. Ответственное поведение в отношении здоровья. Лекарство и яд. Пассивное курение. Что это? Учусь делать здоровый выбор. Моя красивая осанка. Зачем человек ест? Полезная пища, вредная пища. Красивые зубы – красивая улыбка. Моё зрение. Мои уши. Моё сердечко. Зачем мы спим?

Понятия: здоровье, ответственное поведение

## **2 класс (34 часа)**

### **Тема 1. Я и моя жизнь (1 час)**

Введение. Я и моя жизнь.

### **Тема 2. Вкусы и увлечения (3 ч.)**

Мир чувств. Общение и дружба. Мои вкусы и увлечения. Счастье. Любовь.

Понятия: вкусы, увлечения, последствия увлечений

### **Тема 3. Учусь находить новых друзей и интересные занятия (3 ч)**

Толерантность. Семья, род, культура. Мои достижения. Понятия: толерантность, культура, семья.

### **Тема 4 О чем говорят выразительные движения (3 ч)**

Общение. Общение без слов. Выразительные движения.

Понятия: общение, мимика, жесты, чувства.

### **Тема 5. Учусь понимать людей (4 ч.)**

Общение и дружба. Ты не один. Формирование навыков общения.

Самооценка и отношение к другому. Принятие себя.

Понятия: компоненты общения, понимать человека

### **Тема 6. Опасные и безопасные ситуации (4 ч.)**

Здоровье. Зависимость от психоактивных веществ. Умение противостоять групповому давлению.

Понятия: опасная и безопасная ситуация, принятие решения в опасной ситуации

### **Тема 7. Учусь принимать решения (4 ч.)**

Преодоление проблем. Кризис и выход из него. Цели и смысл. Свобода.

Выбор. Понятия: альтернативные решения, последствия поступков для здоровья

### **Тема 8. Реклама табака и алкоголя(2 часа)**

Влияние рекламы на детей. О чем реклама умалчивает?

Понятия: реклама, табачные изделия, пассивный курильщик, никотин.

### **Тема 9. Мифы и факты об алкоголе (2 часа)**

Мифы и факты об алкоголе. Формирование навыков защиты своего Я.

Понятия: алкоголь, алкогольная зависимость.

## Тема 10. Твоё здоровье (8 часов)

Что такое гигиена? Культура питания: самые полезные продукты. Твой режим дня во 2 классе. Физкультура и спорт. Закаливание. Берегите осанку.

Понятия: гигиена, режим дня, рациональное питание, витамины, ЗОЖ, закаливание.

### Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Полезные привычки»

№ п/п	Название темы	Всего часов	Теоретическая часть (часы)	Практическая часть (часы)
<b>1 класс</b>				
1	Давайте познакомимся	3	2	1
2	Я – уникальный человек	3	2	1
3	Культура и Я	3	3	
4	Чувства	4	2	2
5	Решение и здоровье	5	3	2
6	Я и Здоровье	15	9	4
<b>2 класс</b>				
1	Я и моя жизнь	1	1	
2	Вкусы и увлечения	3	2	1
3	Учусь находить новых друзей и интересные занятия	3	2	1
4	О чем говорят выразительные движения	3	3	
5	Учусь понимать людей	4	3	1
6	Опасные и безопасные ситуации	4	4	
7	Учусь принимать решения в опасных ситуациях	4	3	1
8	Реклама табака и алкоголя	2	1	1
9	Мифы и факты об алкоголе	2	2	
10	Твоё здоровье	8	5	3
	<b>Всего:</b>	<b>67</b>	<b>49</b>	<b>18</b>

**Календарно-тематическое планирование занятий  
курса внеурочной деятельности «Полезные привычки»  
1 класс**

Дата		№	Тема занятия	Основное содержание	Деятельность обучающихся
По плану	По факт.				
<b><i>Давайте познакомимся (3 часа)</i></b>					
		1	Введение. Давайте познакомимся.	Беседа, проведение игр «Давайте, познакомимся!», «Ласкавуша»	Знакомство с учителем, с друг другом. Освоить правила игры с мячом
		2	Моя семья	Беседа, проведение игры «Хорошо-плохо», выполнение упражнений на развитие мышления	Рисунок «Семьи», тестовая работа
		3	Герб моей семьи	Беседа, подвижные игры, знакомство с геральдикой России, Челябинска, Снежинска	Составление герба своей семьи, выставка
<b><i>Я – уникальный человек (3 часа)</i></b>					
		4	Положительный образ Я	Работа со словарём, практическая работа, подвижные игры	Определение понятий, повторение правил игр
		5	Моя уникальность в классе	Работа в группах с использованием раздаточного материала	Умение работать в группах, делать выводы по теме
		6	Моя уникальность	Проведение теста	Выбор ответов по тесту, умение найти правильный ответ
<b><i>Культура и Я (3 часа)</i></b>					
		7	Памятники культуры России	Презентация	Выставка книг
		8	Культура русского народа в сказках, пословицах	Рассматривание детских книг с русскими сказками и пословицами, работа со словарём, знакомство с традициями и обрядами русского народа	Обмен впечатлений, игра «Собери пословицу»
		9	Традиции здорового образа жизни	Знакомство с традициями русского народа, работа по иллюстрациям	Обсуждение выполненных работ
<b><i>Чувства (4 часа)</i></b>					
		10	Чувства героев сказок	Рассматривание детских книг с русскими сказками,	Обмен впечатлений, работа в парах

				работа по иллюстрациям детских сказок	
		11	Чувствами можно управлять	Работа по иллюстрациям детских сказок, работа в парах, разучивание комплекса упражнений для снятия стресса	Обмен впечатлений, работа в парах
		12	Связь чувств с желаниями	Работа по иллюстрациям детских сказок, работа в парах, подвижные игры	Обмен впечатлений, работа в парах
		13	Преодоление неприятных чувств	Инсценирование отрывков из сказок, викторина по сказкам (презентация)	Роль артистов в постановке
<b>Решения и здоровье (5 часов)</b>					
		14	Принятие решений	Рассматривание картинок с сюжетами	Принятие решений
		15	Думай, а потом делай	Рассматривание последовательности принятия решений	Умение правильно себя оценивать
		16	Факторы, влияющие на здоровье	Исследовательская работа, составление алгоритма, выступления	Умение рассказывать по составленному плану
		17	Здоровый образ жизни	Рассматривание последовательности принятия решений	Умение правильно оценить поведение других детей
		18	«Цветок здоровья класса»	Творческая работа «Мой цветок здоровья»	Защита своих творческих работ
<b>Я и моё здоровье (15 часов)</b>					
		19	Лекарство и яд	Просмотр мультфильма, обсуждение	Обмен впечатлений, работа в парах
		20	Незнакомые вещества и незнакомые люди	Просмотр видеofilmа, обсуждение	Обмен впечатлений, работа в парах
		21	Пассивное курение. Что это?	Презентация, обсуждение	Обмен впечатлений, работа в парах, создание плаката «Мы против курения!»
		22	Учусь делать здоровый выбор	Презентация, обсуждение	Обмен впечатлений, работа в парах
		23	«Азбука здоровья»	Презентация, обсуждение	Обмен впечатлений, работа в парах
		24	Моя красивая осанка	Презентация, разучивание комплекса упражнений,	Умение правильно выполнять упражнения

				подвижные игры	
		25	Зачем человек ест?	Составлять меню согласно распорядку дня и понятию о вреде или пользе определённых продуктов питания	Рисунок «Необычное блюдо»
		26	Полезная пища, вредная пища	Беседа с элементами тренинга о пользе и вреде определённых продуктов питания	Коллективная работа «Приглашение к столу»
		27	Красивые зубы – красивая улыбка	Беседа врача, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Экскурсия в стоматологический кабинет
		28	Моё зрение	Беседа врача, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Выучить комплекс гимнастики для глаз
		29	Мои уши	Беседа врача, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Выучить комплекс массажа для ушных раковин
		30	Моё сердечко	Беседа врача, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Работа с дополнительной литературой
		31	Самый большой орган человека (кожа)	Беседа врача, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Составить правила ухода за кожей рук, тела, лица
		32	Зачем мы спим?	Беседа врача, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Проект «Я выбираю здоровье»
		33	Обобщающий урок	Игровой час «Мы выбираем – здоровье!»	Игры, соревнования

## 2 класс

Дата		№	Тема занятия	Основное содержание	Деятельность обучающихся
По плану	По факт.				
<b><i>Я и моя жизнь (1 час)</i></b>					
		1	Введение. Я и моя жизнь.	Беседа, проведение игр «Добрые слова», «Путешествие на облаке»	Знакомство с учителем, друг с другом. Освоить правила игр
<b><i>Вкусы и увлечения (3 часа)</i></b>					
		2	Общение и дружба.	Работа со словарём, практическая работа, подвижные игры	Определение понятий, повторение правил игр
		3	Мои вкусы и увлечения.	Работа в группах с использованием раздаточного материала	Умение работать в группах, делать выводы по теме
		4	Герб моих увлечений	Проведение анкеты	Ответы по анкете, умение выразить свои мысли
<b><i>Учусь находить новых друзей и интересные занятия (3 часа)</i></b>					
		5	Толерантность.	Презентация	Выставка книг
		6	Семья, род, культура.	Работа со словарём, знакомство с интересами своих родителей	Обмен впечатлений об интервью с родителями, игра «Робот»
		7	Мои достижения.	Представить свою коллекцию или достижения	Обмен впечатлениями ребят о достижениях друг друга
<b><i>О чем говорят выразительные движения (3 часа)</i></b>					
		8	Общение.	Рассматривание картинок с сюжетами общения, работа по иллюстрациям детских сказок	Обмен впечатлений, работа в парах
		9	Общение без слов.	Выполнение задания «Зеркало», работа в парах	Обмен впечатлений, работа в парах «Театр мимики и жестов»
		10	Выразительные движения.	Работа в парах, подвижные игры	Работа в парах, игра «Телевизор без звука»
<b><i>Учусь понимать людей (4 часа)</i></b>					
		11	Преодоление проблем.	Рассматривание картинок с сюжетами	Принятие решений

		12	Добро и зло.	Рассматривание последовательности принятия решений	Умение правильно себя оценивать
		13	Ценности.	Исследовательская работа, составление алгоритма, выступления	Умение рассказывать по составленному плану
		14	Цели и смысл.	Рассматривание последовательности принятия решений	Умение правильно оценить поведение других детей
<b><i>Опасные и безопасные ситуации (4 часа)</i></b>					
		15	Опасные и безопасные ситуации.	Просмотр мультфильма, обсуждение	Обмен впечатлений, работа в парах
		16	Выбор.	Просмотр видеofilmа, обсуждение	Обмен впечатлений, работа в парах
		17	Умение противостоять опасным ситуациям.	Презентация, обсуждение	Обмен впечатлений, работа в парах, создание плаката «Безопасные места»
		18	Шаги принятия решений.	Презентация, обсуждение	Обмен впечатлений, работа в парах по рассказу «Жажда»
<b><i>Учусь принимать решения в опасных ситуациях (4 часа)</i></b>					
		19	Умение говорить нет.	Презентация, разучивание комплекса упражнений	Умение правильно выполнять упражнения
		20	Самооценка и отношение к другому.	Презентация, работа с тестами	Рисунок «Мой выбор»
		21	Принятие себя и другого как личности.	Беседа с элементами тренинга о толерантности	Работа по раздаточному материалу
		22	Мой выбор – безопасность.	Беседа, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Работа по рассказу
<b><i>Реклама табака и алкоголя (2 часа)</i></b>					
		23	Влияние рекламы на детей.	Презентация, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Составить рекламу «Мы за здоровый образ жизни!»
		24	О чем реклама умалчивает?	Беседа, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Рисунки антирекламных плакатов

<b><i>Мифы и факты об алкоголе (2 часа)</i></b>					
		25	Мифы и факты об алкоголе.	Презентация, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Работа с дополнительной литературой
		26	Формирование навыков защиты своего Я	Беседа, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Уметь сказать нет
<b><i>Твоё здоровье (8 часов)</i></b>					
		27	Что такое гигиена?	Презентация, обсуждение	Обмен впечатлений, работа в парах
		28	Культура питания: самые полезные продукты.	Беседа с элементами тренинга о пользе определенных продуктов питания	Коллективная работа «Полезные продукты»
		29	Твой режим дня во 2 классе.	Беседа, соблюдение правил сохранения и укрепления здоровья	Составить свой режим дня
		30	Физкультура и спорт.	Презентация, разучивание комплекса упражнений, подвижные игры	Умение правильно выполнять упражнения
		31	Закаливание.	Беседа врача, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Проект «Я выбираю здоровье»
		32	Берегите осанку.	Презентация, разучивание комплекса упражнений, подвижные игры	Умение правильно выполнять упражнения
		33	Визит к стоматологу.	Беседа врача, практическая работа по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Плакат «Наши красивые зубы»
		34	Обобщающий урок	Игровой час «Мы за здоровье!»	Игры, соревнования