

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

"Павловская средняя общеобразовательная школа"

МБОУ «Павловская СОШ»

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

В.В. Н.В.Бочанова

Протокол №1

от «30»августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по ВР

А.А.

А.А.Миноченко

от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

В.М. В.М.Еремич

Приказ 85/1

от «31» августа 2023



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Уроки здоровья»

Составитель:

Бочанова Наталья Викторовна

учитель начальных классов

первая квалификационная категория

д. Павловка 2023

Пояснительная записка

Актуальность программы внеурочной деятельности «Уроки здоровья» заключается в том, что она затрагивает проблему сохранения физического, психического здоровья детей.

Программа ориентирована на развитие у детей интереса к собственному физическому развитию; на формирование устойчивой мотивации к выполнению гигиенических рекомендаций и правил, на соблюдение режимных моментов учебного дня и досуговой деятельности; на формирование готовности самостоятельно заниматься физическими упражнениями, подвижными играми и другими формами активного отдыха.

Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Цель программы: создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья; формирование необходимых знаний, умений и навыков, способствующих поддержанию здорового и безопасного образа жизни.

Задачи программы:

- формирование у детей ответственного отношения к здоровому и безопасному образу жизни;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- воспитание полезных привычек и пропаганда физической культуры, спорта в семье.

Воспитательные задачи:

- вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;

- создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения;

- поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций;

- поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.

Учебный курс предназначен для обучающихся 2–х классов; рассчитан на 1 час в неделю/34 часа в год во втором классе.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «УРОКИ ЗДОРОВЬЯ»

Личностные результаты:

- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения избегать конфликтов;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Предметные результаты:

- осознание элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;
- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Наименование тем курса	Кол-во часов
1	Человек и его здоровье	8ч
2	Как отучить себя от вредных привычек?	4ч
3	Какие врачи нас лечат?	3ч
4	Как избежать отравлений?	3ч
5	Основы личной безопасности и профилактика травматизма	8ч
6	Первая медицинская помощь	5ч
7	Сегодняшние заботы медицины.	3ч
	Итого	34ч

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Дата проведения	примечание
1	Что такое здоровье?	1	04.09	
2	Здоровый образ жизни его значение	1	11.09	
3	Осанка и здоровье	1	18.09	
4	Кожа человека и его здоровье.	1	25.09	
5	Как сохранить зрение	1	02.10	
6	Как сохранить здоровые зубы.	1	09.10	
7	Здоровье и питание	1	16.10	
8	Моё настроение и здоровье	1	23.10	
9	Какие бывают привычки?	1	13.11	
10	Вредные привычки – что это...?	1	20.11	
11	Вредные привычки, опасные для здоровья	1	27.11	
12	Компьютер – хорошо или плохо?	1	04.12	
13	Какие врачи нам помогают поддерживать здоровье.	1	11.12	
14	Прививки от болезней.	1	18.12	
15	Что нужно знать о лекарствах. Домашняя аптечка.	1	25.12	
16	Отравление лекарствами.	1	15.01	
17	Пищевые отравления.	1	22.01	
18	Отравление ядовитыми веществами.	1	29.01	
19	Как вести себя на улице.	1	05.02	
20	Если солнечно и жарко.	1	12.02	
21	Если на улице дождь гроза	1	19.02	
22	Опасность в нашем доме.	1	26.02	
23	Правила поведения на воде	1	04.03	

24	Как уберечься отмороза.	1	11.03	
25	Чтобы огонь не причинил вреда.	1	18.03	
26	Чем опасен электрический ток.	1	01.04	
27	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов	1	08.04	
28	Как защититься от укусов насекомых, змей	1	15.04	
29	Предосторожности при обращении с животными	1	22.04	
30	Если в глаз, ухо, нос или горло попало инородное тело.	1	27.04	
31	Тепловой удар, ожоги, обморожения.	1	04.05	
32	Расти здоровым	1	06.05	
33	Воспитавай себя!	1	13.05	
34	Я выбираю движение.	1	20.05	

