

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №8 им. К.Х. Карсанова
г. Владикавказ

Согласовано
Зам. директора по ВР
.09.2022 г.

3.Э. Галазова



Утверждаю
Брио директора МБОУ СОШ №8
приказ № от 09.09.2022 г.

/А.И. Дауров

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Азбука здоровья»
в 4 «А» классе
на 2022-2023 учебный год**
Направление: Общеподготовительное



Класс: 4 «А»

Классный руководитель: Тогичаева Нона Гурамовна

Владикавказ 2022

Пояснительная записка

В соответствии с требованиями Федеральных законов России «Об образовании», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «О гражданской обороне» и др. разработана программа курса групповых занятий «Азбука здоровья» для учащихся 4-х классов образовательных учреждений.

Одними из основных моментов в практической реализации вышеназванных законов Российской Федерации являются постоянное информирование населения, пропаганда знаний, обеспечение правильных действий населения в опасных для жизни и здоровья условиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций. Так же для обеспечения преемственности в процессе получения знаний, восстановления непрерывности обучения основным вопросом обеспечения здорового образа жизни необходимо расширение базового курса «Окружающий мир». Это возможно сделать в рамках групповых занятий, которые позволяют интегрировать в отдельные темы более значимые вопросы по поддержанию здорового образа жизни.

Включение дополнительных знаний расширяет интегративные возможности групповых занятий, помогает использовать полученные знания в практической деятельности, развивает способности учащихся ориентироваться в окружающей социальной и природной среде, способствует развитию логических умений сравнивать, определять главное и использовать полученные знания в повседневной жизни. Особое значение имеет необходимость углубления и расширения определенных понятий, что обусловлено растущим интересом учащихся к умениям действовать в экстремальных ситуациях, развитию самостоятельности при решении социальных и бытовых проблем.

В соответствии с вышеизложенным предлагается настоящая программа направлена на профилактику и коррекцию нарушений здоровья, и общее оздоровление организма. Обеспечивающая непрерывность обучения населения, начиная с младшего школьного возраста, правильным действиям в опасных для жизни и здоровья ситуациях.

Реализация программы позволит:

- привить учащимся начальные знания, умения и навыки в области здорового образа жизни;
- сформировать у детей научно обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности;

- выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

В настоящее время систематическое получение знаний по основным вопросам здорового образа жизни начинается лишь в основной школе.

Учебный предмет является интегрированным. В его содержание дополнительно введены развивающие модули и разделы специально-гуманитарной направленности, а также элементы безопасности жизнедеятельности». На основании этого документа подготовлена настоящая программа. Таким образом, программа построена на основе базисного компонента «Окружающий мир».

Изучение дополнительного содержания по основам безопасности жизни поможет в формировании и развитии как логических, так и практических умений учащихся. Кроме того, программа предоставляет возможность для более широкой реализации воспитательного аспекта в процессе преподавания данного предмета.

Таким образом, предлагаемая программа групповых занятий явится звеном, не только дополняющим определенные темы основного образовательного компонента «Окружающий мир», но и обеспечивающим получение глубоких, систематических знаний, умений и навыков по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности».

Учитывая изложенное, основной целью интеграции знаний по основам безопасности жизни в содержание базового курса «Окружающий мир» является формирование социального опыта школьника, осознание им необходимости уметь применять полученные знания в нестандартной ситуации.

Предлагаемое дополнение содержания ознакомления с окружающим миром ставит основной предмет «Окружающий мир» в особое положение по вкладу в развитие и воспитание младшего школьника и определяет его инвариантность в учебном плане четырехлетней начальной школы. Последовательность изучения тем дополнительного материала по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» определяется содержанием тем.

В ходе реализации содержания программы учащиеся должны овладеть не только правилами безопасного поведения в различных ситуациях, но и путями и средствами укрепления здоровья: уметь оказывать первую медицинскую помощь, общаться со сверстниками и взрослыми, знать о значении природного окружения для здоровья человека.

Актуальность: необходимость оздоровления учащихся младшего школьного возраста

Цели программы:

создание условий для общего оздоровления детей.

Задачи программы:

- способствовать расширению кругозора;
- содействовать формированию первоначального представления о здоровом образе жизни;
- сформировать первоначальное представление о нормах личной гигиены;
- познакомить с эстетическими нормами поведения в обществе и природе;
- сформировать первичное представление о строении своего организма;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью;
- учить пользоваться различными источниками информации.

Формирование универсальных учебных действий

Личностные

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- осознание ответственности человека за общее благополучие;
- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;
- положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям по программе «По тропе здоровья»;
- способность к самооценке;
- начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях.

Метапредметные

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;
- установление причинно-следственных связей;

Регулятивные

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;

- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;
- умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;

Коммуникативные

В процессе обучения дети учатся:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- ставить вопросы;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Объем нагрузки:

Участники образовательной программы: учащиеся 4 классов.

Сроки реализации образовательной программы: один учебный год.

Программа рассчитана на 34 часа: 1 занятие в неделю.

Должен знать/ уметь

1. Основные понятия «здоровье», « здоровый образ жизни»
2. Необходимые условия, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья
3. Правила личной гигиены и трансформировать их в стойкие навыки и привычки.
4. Правила безопасного поведения на улицах и дорогах.
5. Правила поведения при возникновении пожара.
6. Своевременно оказывать первую помощь, которая позволит избавить человека от серьезного нарушения здоровья.

Примерное содержание программы групповых занятий

«Азбука здоровья»

Введение в курс (5 часов)

Начальные сведения о человеке. Здоровье человека. Человек в мире людей. Моя семья Я и мое здоровье.

Познание организма человека (6 часов)

Хорошее зрение, слух. Чуткое обоняние. Правильное дыхание. Здоровое сердце. Крепкие зубы. Обобщающий урок. «Мое здоровье»

Питание человека (2 часа)

Режим питания. Здоровое питание. Полезная и вкусная пища.

Вредные привычки (6 часов)

Курение – это болезнь. Вред от алкоголя. Наркотические вещества. Токсические вещества. Полезные лекарства. Вредные лекарства. Лекарственные растения

Поведение в экстремальных условиях (8 часов)

Поведение при пожаре. Поведение на воде. На льду. Терповой удар. Солнечный удар. Оказание первой помощи. Укус насекомых. Порезы, ушибы, занозы. Итоговое занятие. Я пешеход.

Физическое и психическое здоровье (6 часов)

Физическое и психическое здоровье. Движение – это жизнь. Лечебная физкультура. Спорт – залог здоровья. Закаливание. Мое настроение. Обобщающий урок.

Итоговое повторение (1 час)

Поведение на дорогах летом.

Критерии оценки результатов.

Основные результаты спортивно-оздоровительного направления учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами будут: экспертные суждения (родителей, партнеров школы); анонимные анкеты, позволяющие анализировать (не оценивать) ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учетом возраста; самооценочные суждения детей.

Оценка и коррекция развития этих и других личностных результатов образовательной деятельности обучающихся осуществляется в ходе постоянного наблюдения педагога в тесном сотрудничестве с семьей ученика.

П/П	Дата	Тема урока	Кол-во часов	План	Факт
1.		Начальные сведения о человеке.	1	6. 09.	
2.		Здоровье человека.	1	13. 09	
3.		Человек в мире людей.	1	20. 09	
4.		Моя семья	1	27. 09	
5.		Я и мое здоровье.	1	4. 10	
6.		Хорошее зрение, слух.	1	11. 10	
7.		Чуткое обоняние.	1	18. 10	
8.		Правильное дыхание.	1	25. 10.	
9.		Здоровое сердце.	1	1. 11	
10.		Крепкие зубы.	1	8. 11	
11.		Обобщающий урок. «Мое здоровье»	1	15. 11	
12.		Режим питания. Здоровое питание.	1	22. 11	
13.		Полезная и вкусная пища.	1	29. 11.	
14.		Курение – это болезнь	1	6. 12	
15.		Вред от алкоголя.	1	13. 12	
16.		Наркотические вещества	1	20. 12	
17.		Токсические вещества	1	27. 12	
18.		Полезные лекарства. Вредные лекарства.	1	11. 01	
19.		Лекарственные растения	1	18. 01	
20.		Поведение при пожаре	1	25. 01	
21.		Поведение на воде. На льду.	1	7. 02	
22.		Тепловой удар	1	14. 02	
23.		Солнечный удар	1	21. 02	
24.		Оказание первой помощи.	1	28. 02	
25.		Укус насекомых.	1	7. 03	
26.		Порезы, ушибы, занозы.	1	14. 03	
27.		Итоговое занятие. Я пешеход.	1	21. 03	
28.		Физическое и психическое здоровье	1	28. 03	
29.		Движение – это жизнь	1	4. 04	
30.		Лечебная физкультура	1	11. 04	
31.		Спорт – залог здоровья. Закаливание.	1	18. 04	
32.		Мое настроение.	1	25. 04.	
33.		Обобщающий урок.	1		
34.		Поведение на дорогах летом.	1		

