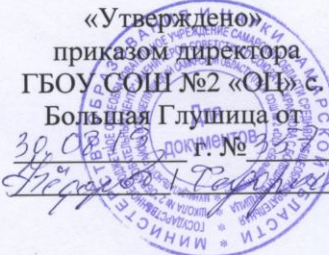


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №2 «Образовательный центр» имени Героя Советского Союза И. Т. Краснова с. Большая Глушица муниципального района Большеглушицкий Самарской области

«Рассмотрено»  
на заседании МО  
учителей Рогова  
протокол от 30.08.19 г.  
№ 1

«Принято»  
на заседании  
Педагогического совета  
(протокол от 30.08.19  
№ 1)

«Утверждено»  
приказом директора  
ГБОУ СОШ №2 «ОЦ» с.  
Большая Глушица от  
30.08.19 г. № 1  
Рогова



**Модифицированная программа внеурочной деятельности на  
основе авторской программы Обуховой Л. А.,  
Лемяскиной Н. А., Жиренко О. Е.  
«Азбука здоровья и безопасности»  
для 4 класса  
спортивно-оздоровительное направление**

Срок реализации – 1 год

Проверено: Шко /Кондратьева О.П./  
заместитель директора  
по воспитательной работе

Разработал учитель  
начальных классов  
Пряхина Е.М.

с. Большая Глушица  
2019 год

## Пояснительная записка

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. Внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Рабочая программа по внеурочной деятельности (спортивно-оздоровительного направления) составлена в соответствии с новыми стандартами второго поколения.

Внеурочная деятельность по спортивно-оздоровительному направлению увеличивает пространство, в котором школьники могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества.

**Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья и безопасности» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих ЦЕЛЕЙ:**

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими **ЗАДАЧАМИ:**

### **1. Формирование:**

- представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития; формировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у учащихся мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

## **2. Обучение:**

- ✓ осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- ✓ правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- ✓ элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- ✓ упражнениям сохранения зрения.

### **Планируемые результаты реализации курса "Азбука здоровья и безопасности".**

Результатами освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ** — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности.

*Личностными результатами* программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Азбука здоровья» является формирование следующих умений:

- ✓ *Определять и высказывать* под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- ✓ В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ** - освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные).

*Метапредметными результатами* программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Азбука здоровья» - является формированием следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### **1. РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД:**

- ✓ *Определять и формулировать* цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- ✓ *Проговаривать* последовательность действий на уроке.
- ✓ *Учить высказывать* своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, *учить работать* по предложенному учителем плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

✓ Учиться совместно с учителем и другими учениками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности класса на уроке.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

## **2. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УУД:**

✓ Делать предварительный отбор источников информации: *ориентироваться* в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).

✓ Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

✓ Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса.

✓ Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);

✓ Находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

## **3. КОММУНИКАТИВНЫЕ УУД:**

✓ Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

✓ *Слушать* и *понимать* речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

✓ Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

✓ Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

✓ Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ** — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТЬ"**

**Наше здоровье (4ч)** Что такое здоровье. Что такое эмоции. Чувства и поступки. Стресс

**Как помочь сохранить себе здоровье (3ч)** Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать.

**Что зависит от моего решения (2ч)** Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение.

**Злой волшебник – табак (1ч)** Что мы знаем о курении

**Почему некоторые привычки называются вредными (5ч)** Зависимость. Умей сказать НЕТ. Как сказать НЕТ. Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ. Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.

**Помоги себе сам (1ч)** Волевое поведение.

**Злой волшебник – алкоголь (3ч)** Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь – сделай выбор

**Злой волшебник – наркотик (2ч)** Наркотик. Наркотик – тренинг безопасного поведения.

**Мы – одна семья (2ч)** Мальчишки и девчонки. Моя семья.

**Повторение(12ч)** Дружба. День здоровья. Умеем ли мы правильно питаться. Я выбираю кашу. Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули. Чистота и порядок. Будем делать хорошо и не будем плохо. КВН «Наше здоровье». Я здоровье берегу – сам себе я помогу. Будьте здоровы.

### Календарно-тематическое планирование программы

№ урока	Кол-во часов	Тема урока	Дата по плану	Дата по факту
<b>«Наше здоровье» (4 ч.)</b>				
1	1	Что такое здоровье.		
2	1	Что такое эмоции.		
3	1	Чувства и поступки.		
4	1	Стресс.		
<b>«Как помочь сохранить себе здоровье» (3 ч.)</b>				
5	1	Учимся думать и действовать.		
6	1	Учимся находить причину и последствия событий.		
7	1	Умей выбирать.		
<b>«Что зависит от моего решения» (2 ч.)</b>				
8	1	Принимаю решение.		
9	1	Я отвечаю за своё решение.		
<b>«Злые волшебники – вредные привычки» (6 ч.)</b>				
10	3	Какие вредные привычки есть и что мы о них знаем.		
11				
12				
13	1	Что такое зависимость.		

14	1	Безопасное поведение – залог здоровья.		
15	1	Вредные привычки – это ошибка.		
<b>«Почему некоторые привычки называются вредными» (5 ч.)</b>				
16	1	Почему зависимость – это плохо.		
17	1	Умей сказать НЕТ.		
18	1	Как сказать НЕТ.		
19	1	Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ.		
20	1	Я выбираю здоровый образ жизни.		
<b>«Помоги себе сам» (1 ч.)</b>				
21	1	Волевое поведение.		
<b>«Мы – одна семья» (2 ч.)</b>				
22	1	Мальчишки и девчонки.		
23	1	Моя семья.		
<b>«Повторение» (11 ч.)</b>				
24	1	Дружба.		
25	1	День здоровья.		
26	1	Умеем ли мы правильно питаться.		
27	1	Я выбираю кашу.		
28	1	Чистота и здоровье.		
29	1	Откуда берутся грязнули.		
30	1	Чистота и порядок.		
31	1	Будем делать хорошо и не будем плохо.		
32	1	КВН «Наше здоровье».		
33	1	Я здоровье берегу – сам себе я помогу.		
34	1	Будьте здоровы.		