

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 Резерова
протокол от 29.08.19 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. № 357
Резеров

**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: О.П. /Кондратьева О.П./
заместитель директора
по воспитательной работе

Разработал учитель
начальных классов
Калиновская Н. И.

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.

Безопасное поведение на улице – 12 часов. Вводное занятие. Как рождаются опасные события. Внимание, дорога! Светофор – наш друг и помощник. Путешествие в страну дорожных знаков. Опасные ситуации на дороге. На загородной дороге. Мы – пассажиры. Практическое занятие по общим правилам перехода проезжей части дороги. Опасности улицы. Как вести себя с незнакомыми людьми на улице. Твой двор. Терроризм – это опасно! Если ты потерялся. Твои координаты.

Безопасное поведение дома – 7 часов. Как могут стать опасными обычные домашние вещи. Как подружиться с электричеством. Что делать при запахе газа. Огонь – враг и друг. Разговор по телефону. Если кто-то звонит в твою дверь. Поговорим о домашней аптечке.

Твоё здоровье – 7 часов. Личная гигиена. Витамины – наши друзья. Как не простудиться. Чем важен сон. О вкусной и здоровой пище. Вредные привычки. Если ты поранился.

Безопасное поведение в природе – 7 часов. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Как не заблудиться в лесу. Ядовитые растения и грибы. Правила безопасности на воде. Безопасность при любой погоде. Мы и животные. Когда кусаются насекомые.

Календарно-тематическое планирование программы

№ урока	Кол-во часов	Тема урока	Дата по плану	Дата по факту
«Наше здоровье» (4 ч.)				
1	1	Что такое здоровье.		
2	1	Что такое эмоции.		
3	1	Чувства и поступки.		

4	1	Стресс.		
«Как помочь сохранить себе здоровье» (3 ч.)				
5	1	Учимся думать и действовать.		
6	1	Учимся находить причину и последствия событий.		
7	1	Умей выбирать.		
«Что зависит от моего решения» (2 ч.)				
8	1	Принимаю решение.		
9	1	Я отвечаю за своё решение.		
«Злые волшебники – вредные привычки» (6 ч.)				
10 11 12	3	Какие вредные привычки есть и что мы о них знаем.		
13	1	Что такое зависимость.		
14	1	Безопасное поведение – залог здоровья.		
15	1	Вредные привычки – это ошибка.		
«Почему некоторые привычки называются вредными» (5 ч.)				
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.		
«Помоги себе сам» (1 ч.)				
21	1	Волевое поведение.		
«Мы – одна семья» (2 ч.)				
22	1	Мальчишки и девчонки.		
23	1	Моя семья.		
«Повторение» (11 ч.)				
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.		
Безопасное поведение на улице 12 ч				
35	1	Вводное занятие. Как рождаются опасные события		1

36	1	Внимание, дорога! Светофор – наш друг и помощник.		1
37	1	Путешествие в страну дорожных знаков.		1
38	1	Опасные ситуации на дороге.		1
39	1	На загородной дороге.		1
40	1	Мы – пассажиры.		1
41	1	Практическое занятие по общим правилам перехода проезжей части дороги.		1
42	1	Опасности улицы		1
43	1	Как вести себя с незнакомыми людьми на улице.		1
44	1	Твой двор.		1
45	1	Терроризм – это опасно!		1
46	1	Если ты потерялся. Твои координаты.		1
Безопасное поведение дома 8ч				
47	1	Как могут стать опасными обычные домашние вещи.		
48	1	Как подружиться с электричеством		
49	1	Что делать при запахе газа.		
50	1	Огонь – враг и друг.		
51	1	Разговор по телефону		
52	1	Если кто-то звонит в твою дверь.		
53	1	Поговорим о домашней аптечке.		
54	1	Практическое занятие «Безопасность в доме»		
Твоё здоровье 7 ч				
55	1	Личная гигиена.		
56	1	Витамины – наши друзья.		
57	1	Как не простудиться		
58	1	Чем важен сон.		
59	1	О вкусной и здоровой пище.		

60	1	Вредные привычки		
61	1	Практическое занятие «Если ты поранился».		
Безопасное поведение в природе 7ч				
62	1	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.		
63	1	Практическое занятие «Как не заблудиться в лесу».		
64	1	Ядовитые растения и грибы.		
65	1	Правила безопасности на воде.		
66	1	Безопасность при любой погоде.		
67	1	Мы и животные		
68	1	Когда кусаются насекомые.		

Промежуточная аттестация определяет успешность развития обучающегося и степень освоения им учебных задач на данном этапе. Формой промежуточной аттестации является зачет. Методом контроля уровня достижения учащихся является итоговое тестирование. По итогам тестирования (не менее 50%) выставляется зачёт

Тест по окончании изучения курса «Азбука здоровья и безопасности»

1.Какие правила поведения на воде ты знаешь?

2.Как правильно ухаживать за зубами?

3.Какие способы закаливания ты знаешь?

4.Перечисли вредные привычки?

5.Как избежать отравлений?

6.Запиши экстренные номера телефонов, по которым ты будешь обращаться в сложных ситуациях?

7.Какую первую помощь ты окажешь при тепловом ударе?

8.Перечисли правила поведения с незнакомыми людьми:

9.Чем ты занимаешься после школы?

10. Нарисуй свою семью.