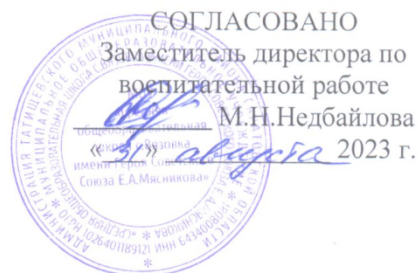


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с.Вязовка
имени Героя Советского Союза Е.А. Мясникова»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО, протокол № 1
от « 31 » августа 2023 г.
Руководитель ШМО
М.Н.Недбайлова М.Н.Недбайлова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по кружку
«Азбука Здоровья»

Класс: 4

Возраст: 10-11 лет

Разработал: Печенкиной Натальи Романовны

с. Большая Каменка
2023

Пояснительная записка

Программа «Азбука здоровья» составлена на основе авторской программы «Школа докторов Природы или 135 уроков здоровья» Л. А. Обуховой, Н. А. Лемяскиной для 1-4 классов и реализует социальное направление во внеурочной деятельности в начальной школе.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 4 класс – 34 часа в год.

Обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства, актуальная задача современного образования.

Дети проводят в школе значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье человека – важнейший показатель его личного успеха. Важно пробудить в детях желание заботиться о своем здоровье. Необходимо проведение уроков здоровья, на которых следует закладывать гигиенические навыки, негативное отношение к вредным привычкам, обучать навыкам правильной организации режима.

Программа внеурочной деятельности «Азбука здоровья» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся.

В процессе обучения в соответствии с идеями здоровьесберегающих образовательных технологий ставится задача сформировать у младших школьников необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Цель программы:

- Работать над формированием первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие человека, о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации.

Задачи программы:

- Формирование у младших школьников мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни, чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья.
- Развитие познавательной активности младших школьников, творческих способностей, любознательности, расширение кругозора учащихся; развитие умения сравнивать, анализировать жизненные ситуации; развитие умения проводить самостоятельные наблюдения.
- Воспитание у младших школьников потребностей к здоровому образу жизни

При решении задач обучения, развития и воспитания учащихся акцент делается на задаче развития: знания и умения являются не самоцелью, а средством развития интеллектуальной и эмоциональной сферы, творческих способностей учащихся, личности ребёнка.

Планируемые результаты

Личностные УУД:

- ✓ Осознавать себя гражданином России и частью многоликого изменяющегося мира, в том числе объяснять, что связывает тебя с твоими близкими, одноклассниками, друзьями.
- ✓ Объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с позиции общечеловеческих и гражданских ценностей.
- ✓ Формулировать самому простые правила поведения в природе.
- ✓ Испытывать чувство гордости за красоту родной природы.
- ✓ Вырабатывать в противоречивых жизненных ситуациях правила поведения.

Регулятивные УУД:

- ✓ Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.
- ✓ Составлять план выполнения задач.
- ✓ Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки с помощью учителя.
- ✓ Составлять и отбирать информацию. Полученную из различных источников.

Познавательные общеучебные действия:

- ✓ Предполагать, какая информация необходима.
- ✓ Самостоятельно отбирать для решения учебных задач, необходимые словари, справочники, энциклопедии.
- ✓ Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников

Коммуникативные УУД:

- ✓ Оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных ситуаций.
- ✓ При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её.
- ✓ Учиться подтверждать аргументы фактами.
- ✓ Организовывать учебное взаимодействие в группе.

Содержание программы

Воспитываем нравственные и этические качества обучающихся, уверенность и бесстрашие. Учим воспитывать в себе сдержанность, умение преодолевать вредные привычки, заботиться о себе и своей семье.

4 класс – 34 часа

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(11ч) 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.

Формы работы во втором классе:

Экскурсии

Игры

Практические занятия

Воспитательное мероприятие

Викторины

Сроки реализации программы:

Программа рассчитана на четыре года обучения, 1 час в неделю.

1 год обучения – 33 часа;

2 год обучения – 34 часа;

3 год обучения – 34 часа;

4 год обучения – 34 часа;
Итого – 135 часов.

Методы и приёмы работы.

Эффективность занятий по авторской педагогической разработке в значительной степени будет зависеть от разнообразия средств и методов, которые использует учитель в своей работе. «Азбука здоровья» предусматривает следующие **методы** работы с детьми:

- занимательная беседа,
- рассказ, чтение,
- обсуждение детских книг по теме занятия,
- инсценирование ситуаций, просмотр мультфильмов,
- кинофильмов и др.

Чтобы изучение программы способствовало развитию учащихся, на занятиях необходимо использовать логические **приёмы** мышления:

- сопоставление,
- сравнение,
- выявление различий и сходства в различных жизненных ситуациях,
- выявление причин и др.

Результативность работы по программе «Азбука здоровья» во многом зависит от степени подготовленности педагога, его эрудиции и профессионализма. Учитель должен найти нужный тон в общении с учащимися, избегать назидательности, создавать на занятиях обстановку непринуждённости и взаимопонимания.

Формы контроля:

Результаты учащихся отражаются в динамике их индивидуальных достижений, продвижение в достижении планируемых результатов. Обобщённая оценка этих результатов и других личностных результатов может осуществляться в ходе различных мониторинговых исследований:

- ❖ *Тесты по изученным темам.*
- ❖ *Составление диаграмм.*
- ❖ *Мониторинг.*
- ❖ *Практические занятия*

Тематическое планирование

№	Модуль (раздел, блок и его наименование)	Количество часов
1.	Наше здоровье.	4
2.	Как помочь сохранить здоровье.	3
3.	Что зависит от моего решения.	2
4.	Злой волшебник – табак.	1
5.	Почему некоторые привычки называются вредными.	5
6.	Помоги себе сам.	1
7.	Злой волшебник – алкоголь.	3
8.	Злой волшебник – наркотик.	2
9.	Мы – одна семья.	2

10.	Повторение.	11
Всего		34 ч.

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Наименование раздела, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
Наше здоровье		4		
1.	Что такое здоровье.	1		
2.	Что такое эмоции.	1		
3.	Чувства и поступки.	1		
4.	Стресс	1		
Как помочь сохранить здоровье		3		
5.	Учимся думать и действовать.	1		
6.	Учимся находить причину и последствия событий.	1		
7.	Умей выбирать.	1		
Что зависит от моего решения		2		
8.	Принимаю решение.	1		
9.	Я отвечаю за своё решение.	1		
Злой волшебник – табак		1		
10.	Что мы знаем о курении	1		
Почему некоторые привычки называются вредными		5		
11.	Зависимость.	1		
12.	Умей сказать НЕТ.	1		
13.	Как сказать НЕТ.	1		
14.	Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ.	1		
15.	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.	1		
Помоги себе сам		1		
16.	Волевое поведение	1		
Злой волшебник – алкоголь		3		
17.	Алкоголь.	1		
18.	Алкоголь – ошибка.	1		
19.	Алкоголь – сделай выбор.	1		
Злой волшебник – наркотик		2		

20.	Наркотик.	1		
21.	Наркотик – тренинг безопасного поведения.	1		
Мы – одна семья		2		
22.	Мальчишки и девчонки.	1		
23.	Моя семья.			
Повторение		11		
24.	Дружба.	1		
25.	День здоровья.	1		
26.	Умеем ли мы правильно питаться.	1		
27.	Я выбираю кашу.	1		
28.	Чистота и здоровье.	1		
29.	Откуда берутся грязнули.	1		
30.	Чистота и порядок.	1		
31.	Будем делать хорошо и не будем плохо.	1		
32.	КВН «Наше здоровье».	1		
33.	Я здоровье берегу – сам себе я помогу.	1		
34.	Будьте здоровы.	1		

**Диагностическая
программа усвоения
по выявлению эффективности
реализации
авторской педагогической
разработки.**

ПРИЛОЖЕНИЯ

Итоговый Тест
по окончанию изучения курса «Азбука здоровья»
4класс

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

Тематическое планирование