

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
ГОРОДА ЯСНОГОРСКА ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

Согласовано:
Зам. директора по У ВР
_____ Е.В. Бирюкова



Утверждаю:
Директор МОУ «СОШ №2»
_____ Н.В. Трофимова
Приказ № 127 от 01.09.15 г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Азбука здоровья»
для детей 6-8 лет**

Направленность: общеинтеллектуальная
Срок реализации 1 год.

Принято на заседании педагогического совета

Протокол № 1 от 28.08.2015 г.

Составитель:
учитель начальных классов
Смирнова К. С.

ЯСНОГОРСК
2015г.

Пояснительная записка

Здоровье – один из важнейших компонентов человеческого благополучия и счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. В Конвенции по правам ребёнка прописаны его законные права – право на здоровый рост и развитие.

Программа кружка «Азбука здоровья» ориентирует обучающихся на решение важнейших оздоровительных задач, рассматривает обучение и воспитание как единое целое.

Проблема снижения уровня здоровья населения в России в новом тысячелетии стоит чрезвычайно остро. Особую тревогу вызывает ухудшение здоровья подрастающего поколения. Перед школой и дополнительным образованием стоит проблема поиска оптимальных путей совершенствования работы по укреплению здоровья, активизации мыслительной и двигательной активности и в целом по формированию культуры здоровья детей.

Кружок «Азбука здоровья» имеет оздоровительную направленность. Приоритетной задачей программы является формирование в сознании детей ценностного отношения к своему здоровью. На этой основе происходит формирование мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни и физического воспитания.

Задача кружка - помочь ребёнку задуматься о своём здоровье. Решить её путем простой передачи знаний невозможно. Ребёнок должен научиться думать, рассуждать, рассматривать рисунки, выполнять предлагаемые задания и упражнения доступные для него, разбирать различные игровые ситуации.

Цель: обеспечение каждому школьнику возможности сохранения здоровья за период обучения в школе, формирование необходимых знаний, умений и навыков по Здоровому образу жизни, использование полученных знаний в повседневной жизни.

Основными задачами курса является

- организовать учебно-воспитательный процесс на основе здоровьесберегающих технологий.
- формировать у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- добиться сознательного выполнения элементарных правил здоровьесбережения в соответствии с требованиями их практического использования;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;

Содержание курса

1. Мир вокруг меня и я в нём. (10 часов).

Человек неповторим. Он индивидуален и имеет своё мнение, свои чувства. И мы должны это знать и уважать каждого человека. Твоя семья, её состав. Взаимопомощь в семье. Роль в семье каждого члена, профессии родственников. Твоя помощь семье. Обязанности членов семьи. Как происходит общение людей для чего это нужно. Как надо вести себя в школе, от чего зависит настроение в школе, как его улучшить. Чем лучше заняться после школы. Вредные привычки, что мы о них знаем.

2. Уроки Мойдодыра. (11 часов).

Для чего нужно мыться и купаться. Где скапливается грязь на теле человека, что способствует скоплению грязи, что случается с грязнулей. Что может случиться с глазами и зрением, комплекс зарядки для глаз. От чего защищает кожа, её устройство, травмы и заболевания кожи, правила ухода за ней. Молочные и постоянные зубы, как устроен зуб, болезни зубов, как чистить зубы, чем питаться, чтобы зубы были здоровыми. Устройство системы пищеварения, продукты наиболее полезные растущему организму. Зачем человеку сон, сколько надо спать, что делает сон полноценным. Почему мы простужаемся, простейшие способы закаливания. Что надо знать о лекарствах, как ими пользоваться.

3. Питание и здоровье (5 часов)

Для чего нужно мыть фрукты, овощи, как правильно употреблять в пищу продукты питания.

Как нужно относиться к своему здоровью. Научиться этикету за столом. правильно

4. Охрана жизни человека. (7 часа).

В каком возрасте нужно учиться плавать, правила безопасности на воде. Правила безопасность на улице, подвижные игры.

Предполагаемая результативность курса

Личностные:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Познавательные:

- начнут осознанно использовать знания при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге;
- узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур.
- освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения;
- освоят навыки организации и проведения подвижных игр, в процессе игровой деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия.

Информационно – методическое обеспечение

Для осуществления образовательного процесса по Программе «Азбука здоровья» необходимы следующие принадлежности:

- компьютер, принтер, сканер, мультимедиапроектор;
набор ЦОР по проектной технологии

1. Методическое пособие для 1 класса Холодова О., Москва: РОСТ книга, 2012 г.

«Юным умникам и умницам: Задания по развитию познавательных способностей (6-7 лет)»

2. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе [Текст]: от действия к мысли : пособие для учителя / А.Г. Асмолов [и др.]; под ред. А.Г. Асмолова. -2 –е изд. – М.: Просвещение, 2011. – 152 с. – (Стандарты второго поколения)

Тематическое планирование

№п\п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения
	<i>Мир вокруг меня и я в нем.</i>	18	
1.	Я – неповторимый человек.	1	
2.	Кто тебя окружает.	1	
3.	Для чего люди общаются?	1	
4.	Твоя семья, её состав. Роль в семье каждого члена, профессии родственников.	3	
5.	Прошлое: я до школы.	1	
6.	Настроение в школе. Поведение в школе.	2	
7.	Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Мое настроение»	2	
8.	Вредные и полезные привычки.	1	
9.	Здоровье в порядке –спасибо зарядке.	1	
10.	Занятия после школы.	1	
11.	Давай разберёмся вместе. Драться или не драться.	1	
12.	Поведение за столом. Поведение в общественных местах, в гостях.	1	
13.	Вредные привычки. Не грызи ногти.	1	
14.	День здоровья. Как хорошо здоровым быть.	1	
	<i>Уроки Мойдодыра 11ч</i>	20	
15.	Почему мы боеем. Кто и как предохраняет нас от болезней.	1	
16.	Я прививок не боюсь, если надо уколюсь. Ещё раз о лекарствах.	1	

17.	Мой внешний вид.	1	
18.	Где скапливается грязь на теле человека, что способствует скоплению грязи, что случается с грязнулей.	2	
12	Для чего нужно умываться и купаться. Умывание и купание.	1	
13.	Зрение – это сила.	1	
14	Забота о коже.	1	
15	Уход за зубами.	2	
16.	Устройство системы пищеварения, продукты наиболее полезные растущему организму.	1	
17	Осанка-это красиво	1	
18.	Как сделать сон полезным.	2	
19.	Как закаляться. Обтирание, обливание.	1	
20.	Что надо знать о лекарствах, как ими пользоваться.	2	
21.	Весёлые перемены.	1	
22.	Здоровье и домашнее задание.	1	
23.	Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим.	1	
	<i>Питание и здоровье -5ч</i>	8	
24.	Для чего нужно мыть фрукты, овощи, как правильно употреблять в пищу продукты питания.	1	
25.	Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники»	2	
26.	Культура питания.	1	
27.	Как и чем мы питаемся.	1	

28.	Приглашаем к чаю.	2	
29.	Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	1	
	<i>Охрана жизни человека 7ч</i>	20	
30.	Опасности летом.(просмотр видео фильма)	1	
31.	Первая доврачебная помощь.	1	
32.	Вредные и полезные растения.	2	
33.	В каком возрасте нужно учиться плавать, правила безопасности на воде.	1	
34.	Как правильно вести себя на воде.	1	
35.	Безопасность на улице при любой погоде.	1	
36.	Правила дорожного движения.	2	
37.	Правила обращения с режущими, колющими предметами.	1	
38.	Что надо знать об электрическом токе.	2	
39.	Правила безопасности при обращении со спичками, газовыми приборами, петардами.	2	
40.	Как вести себя на проезжей части дороги и на тротуаре.	2	
41.	Народные подвижные игры.	3	
42.	Чему мы научились за год	1	
	ИТОГО	66	