


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Омской области

Департамент образования Администрации города Омска

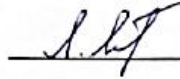
СОГЛАСОВАНО

На МО классных
руководителей

 Чудинова С.Г.
Протокол №1 от 26.08.2022г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора

 Л.Ф. Лакомая
от «26» 08 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор БОУ г. Омска

«Гимназия №76»

Подписано цифровой подписью:

О.Л. Перфилова

Дата: 2022.08.29 19:53:06 +0600

О.Л. Перфилова

Приказ №.238-1 от 29.08.2022

**ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ
«Школа здоровья»**

Направление: спортивно-оздоровительное

Виды деятельности: беседы, игры, оздоровительные минутки

Возраст школьников: 2 класс

Разработчики:

Багрий Оксана Зиновьевна,
Селедцова Марина Викторовна,
Семенова Елена Анатольевна,
Шиляева Елена Михайловна
учителя начальных классов

Омск 2022

**Содержание программы
внеурочной деятельности**

1. Содержание курса внеурочной деятельности	4
2. Планируемые результаты.....	7
3. Тематическое планирование.....	9
4. Приложения.....	10

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени начального общего образования являются: Федеральный закон РФ "Об образовании в Российской Федерации", N 273-ФЗ от 29.12.2012г., Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 286), основная образовательная программа начального общего образования БОУ г. Омска «Гимназия №76», Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования; СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»,Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999); Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.).

Рабочая программа кружка «Школа здоровья» составлена в соответствии с ФГОС, на основе авторской программы «Школа докторов Природы или 135 уроков здоровья» Л. А.Обуховой, Н. А. Лемяскиной для 1-4 классов.

Программа рассчитана на 1год. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут (во 2классе).

Программа курса внеурочной деятельности «Школа здоровья» разработана с учетом рекомендаций Рабочей программы воспитания БОУ г. Омска «Гимназия №76». Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать ее не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребенка, что проявляется в:

-приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности;

-высокой степени самостоятельности школьников, что является важным компонентом воспитания ответственного гражданина;

-ориентации школьников на подчеркиваемую Рабочей программой воспитания социальную значимость реализуемой ими деятельности;

-интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих их большую вовлеченность в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на ее основе детско-взрослых общностей.

Содержание курса внеурочной деятельности

Разделы	Содержание разделов	Кол-во часов
Раздел 1 "Почему мы болеем"	Причина болезни. Признаки болезни. Как здоровье?	3
Раздел 2 «Кто и как предохраняет нас от болезней»	Как организм помогает себе сам? Здоровый образ жизни	2
Раздел 3 «Кто нас лечит»	Какие врачи нас лечат	1
Раздел 4 «Прививки от болезней»	Инфекционные болезни. Прививки от болезней	2
Раздел 5 «Что нужно знать о лекарствах»	Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка	2
Раздел 6 «Как избежать отравлений»	Отравление лекарствами. Пищевые отравления	2
Раздел 7 «Безопасность при любой погоде»	Если солнечно и жарко. Если на улице дождь и гроза	2
Раздел 8 «Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте»	Опасность в нашем доме. Как вести себя на улице	2
Раздел 9 «Правила безопасного поведения на воде»	Вода - наш друг	1
Раздел 10 «Правила общения с огнем»	Чтобы огонь не причинил вреда	1
Раздел 11 «Как уберечься от поражения электрическим током»	Чем опасен электрический ток?	1
Раздел 12 «Как уберечься от порезов, ушибов, переломов»	Травма	1
Раздел 13 «Как защититься от насекомых»	Укусы насекомых	1
Раздел 14 «Предосторожности при обращении с животными»	Что мы знаем про собак и кошек	1
Раздел 15 «Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом»	Отравление ядовитыми веществами. Отравление угарным газом	2
Раздел 16 «Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении»	Как помочь себе при тепловом ударе. Как уберечься от мороза	2
Раздел 17 «Первая помощь при трав-	Растяжение связок и вывих костей. Переломы. Если ты ушибся или	3

мах»	порезался	
Раздел 18 «Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос»	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	1
Раздел 19 «Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек»	Укус змеи	1
Раздел 20 «Сегодняшние заботы медицины»	Расти здоровым . Воспитай себя. Я выбираю движение	3

Планируемые результаты

Личностные результаты:

В сфере гражданско-патриотического воспитания:

- становление ценностного отношения к своей Родине — России;
- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- уважение к своему и другим народам;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

В сфере духовно-нравственного воспитания:

- признание индивидуальности каждого человека; проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

В сфере эстетического воспитания:

- уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;
- стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

В сфере трудового воспитания:

- осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, интерес к различным профессиям.

В сфере экологического воспитания:

- бережное отношение к природе;

-неприятие действий, приносящих ей вред.

В сфере понимания ценности научного познания:

-первоначальные представления о научной картине мира; познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

Метапредметные результаты:

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:

-сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;

-определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

- находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;

-выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;

-устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

-определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;

-формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведённого наблюдения(опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);

- прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

-выбирать источник получения информации; согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

-распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа её проверки;

-соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной

безопасности при поиске информации в Интернете;

-анализировать и создавать текстовую, графическую, звуковую, видеоинформацию в соответствии с учебной задачей.

В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;

- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументированно высказывать своё мнение;
- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;
- создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);
- готовить небольшие публичные выступления;
- подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; ответственно выполнять свою часть работы; оценивать свой вклад в общий результат.

В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;
- выстраивать последовательность выбранных действий;
- устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;
- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

Предметные результаты освоения:

Учащийся научится:

- характеризовать признаки живого организма, характерные для человека;
- моделировать в учебных и игровых ситуациях правила безопасного поведения в среде обитания;
- устанавливать последовательность возрастных этапов развития человека; характеризовать условия роста и развития ребенка;

Учащийся получит возможность научиться:

- делать зарядку по утрам;
- заботиться о своем здоровье;
- основным правилам безопасного поведения в быту и на природе.
- Учащиеся должны использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: выполнения изученных правил охраны и укрепления здоровья, безопасного поведения; оценки воздействия человека на природу, выполнения правил поведения в природе и участия в ее охране.

3. Тематическое планирование

№	Формы проведения занятия	Тема урока	Количество часов	ЭОР
Почему мы болеем				
1	Беседа	Причина болезни	1	1 *
2	Круглый стол	Признаки болезни	1	
3	Игра	Как здоровье?	1	
Кто и как предохраняет нас от болезней				
4	Викторина	Как организм помогает себе сам?	1	
5	Игра	Здоровый образ жизни	1	
Кто нас лечит				
6	Круглый стол	Какие врачи нас лечат	1	
Прививки от болезней				
7	Беседа	Инфекционные болезни	1	
8	Круглый стол	Прививки от болезней	1	
Что нужно знать о лекарствах				
9	Викторина	Какие лекарства мы выбираем	1	
10	Беседа, игра	Домашняя аптечка	1	
Как избежать отравлений				
11	Круглый стол	Отравление лекарствами	1	
12	Беседа	Пищевые отравления	1	
Безопасность при любой погоде				
13	Игра	Если солнечно и жарко	1	
14	Викторина	Если на улице дождь и гроза	1	
Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте				
15	Беседа	Опасность в нашем доме	1	
16	Круглый стол	Как вести себя на улице	1	
Правила безопасного поведения на воде				
17	Игра	Вода – наш друг	1	
Правила общения с огнем				
18	Викторина	Чтобы огонь не причинил вреда	1	
Как уберечься от поражения электрическим током				
19	Круглый стол	Чем опасен электрический ток?	1	
Как уберечься от порезов, ушибов, переломов				
20	Беседа	Травма	1	
Как защититься от насекомых				
21	Викторина	Укусы насекомых	1	
Предосторожности при обращении с животными				
22	Викторина	Что мы знаем про собак и кошек	1	
Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом				
23	Беседа	Отравление ядовитыми веществами	1	
24	Круглый стол	Отравление угарным газом	1	

Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении				
25	Викторина	Как помочь себе при тепловом ударе	1	
26	Игра	Как уберечься от мороза	1	
Первая помощь при травмах				
27	Игра , беседа	Растяжение связок и вывих костей	1	
28	Круглый стол	Переломы	1	
29	Беседа с элементами игровой деятельности	Если ты ушибся или порезался	1	
Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос				
30	Круглый стол	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	1	
Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек				
31	Беседа	Укус змеи	1	
Сегодняшние заботы медицины				
32	Игра	Расти здоровым	1	
33	Викторина	Воспитавай себя	1	
34	Викторина (итоговое занятие)	Я выбираю движение	1	

1* <https://uchi.ru/> <https://multiurok.ru> <https://urok.1sept.ru><https://testedu.ru>
Данные ссылки используются при изучении всего курса программы «Школа здоровья»

1. Приложение

Итоговое занятие: Викторина «Я выбираю движение»

Участники: обучающиеся 2-го класса, классный руководитель.

Цели:

- 1) подвести итоги работы классного коллектива за год, определить его задачи на новый учебный период;
- 2) оценить эффективность деятельности классного коллектива путем сопоставления достигнутых результатов с целями и задачами воспитательной работы БОУ г. Омска «Гимназия №76».
- 3) формировать у обучающихся умения анализировать, оценивать индивидуальную и совместную деятельность.

Подготовительная работа

1. Беседа классного руководителя с классом об итогах работы классного коллектива и плане совместной деятельности.

Оформление, оборудование и инвентарь:

- а) проектор;
- б) оборудование места для работы Викторины;
- в) бланки для записи ответов капитанами.

Ход работы:

I. Ребята садятся за столы в соответствии с выбранным цветом (фишки выдаются заранее - дети их выбирают наугад не зная кто с кем окажется в одной команде). Выбирают капитана команды, придумывают название команды.

II. Учитель говорит о целях и порядке работы участников.

III. На экран выводятся слайды с вопросами, каждая команда обсуждает и капитан записывает ответ в бланке ответов. На обсуждение вопросов отводится от 10-20сек. По истечении указанного времени, идет обсуждение правильного ответа. На доске фиксируется количество правильных ответов каждой команды.

IV. По завершении Викторины учитель анализирует записи, сделанные на доске. Подсчитывает. Вручает грамоты.

Материал для работы

Конкурс «Анаграммы»

Капитаны команд получают конверты с заданием, ручки. В конверте, на листке бумаги написаны в буквы разным порядке, из букв нужно собрать слово, связанное со здоровьем. Кто быстрее?

ЗКУЛЬФИТРАУ – физкультура

ДКАЗАРЯ – зарядка

ЛКАЗАКА – закалка

ЕНГИАГИ – гигиена

ЛКАПРОГУ – прогулка

АВДО – вода

Конкурс «Ребусы»

Капитаны получают листочки с ребусами. Команды обсуждают, записывают ответы и передают учителю. (Слова: гимнастика, бег, хоккей, биатлон, мяч, мат).

Конкурс «Загадки – помощники гигиены»

Соблюдение здорового образа жизни неразрывно связано с правилами гигиены. А в соблюдении правил гигиены нашими помощниками могут быть, кто вы узнаете, отгадав загадки и нарисовав отгадки.

Просыпаюсь утром рано,

Вместе с солнышком румяным.

Заправляю сам кроватьку,

Быстро делаю

Ответ: Зарядку

Мною можно умываться.

Я умею проливаться.

В кранах я живу всегда.

Ну, конечно, я —

Ответ: Вода

Говорит дорожка,
Два вышитых конца:
— Помойся хоть немножко,
Чернила смой с лица.
Иначе очень быстро,
Испачкаешь меня.

Ответ: Полотенце
Хвостик из кости,
А на спинке – щетинка.

Ответ: Зубная щётка
Мойдодыру я родня.
Отверни-ка ты меня.
И холодной водою
Живо я тебя умою.

Ответ: Кран
Ускользает как живое,
Очень юркое такое.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.

Ответ: Мыло
Белое корыто
К полу прибито.

Ответ: Ванна
Стоит Парашка –
Держит чашку,
Голову склонила,
Носик опустила,
А из носика струится
В чашку чистая водица.

Ответ: Умывальник
Резинка Акулинка
Пошла гулять по спинке.
И пока она гуляла,
Спинка розовою стала.

Ответ: Губка
Вафельное и полосатое,
Ворсистое и мохнатое,
Всегда под рукою -
Что это такое?

Ответ: Полотенце
Зубастая пила
В лес густой пошла.
Весь лес обходила,
Ничего не спилила.

Ответ: Расческа
Лег в карман и караулю –
Рёву, плаксу и грязнулю.
Им утру потоки слез,
Не забуду и про нос.

Ответ: Носовой платок

Конкурс «Пословицы и поговорки о ЗОЖ»

-Капитаны команд получают конверты, на листочках записано начало пословицы или поговорки о ЗОЖ. Задача участников команд - дописать в скобках слово, подходящее по смыслу.

Закаляй свое тело с пользой для... (дела). Холода не бойся, сам по пояс ... (мойся). Кто спортом занимается, тот силы... (набирается). В здоровом теле здоровый... (дух). Солнце, воздух и вода - наши верные... (друзья). Пешком ходить — долго... (жить). Отдай спорту время, а взамен получи... (здоровье).

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ.

Я желаю вам, ребята,
Быть здоровыми всегда,
Но добиться результата
Не возможно без труда.
Постарайтесь не лениться,
Каждый раз перед едой
Прежде чем за стол садиться,
Руки вымойте водой.
И зарядкой занимайтесь
Ежедневно по утрам.
И конечно закаляйтесь,
Это так поможет вам.
Свежим воздухом дышите
По возможности всегда,
На прогулки в лес ходите
Он вам силы даст, друзья.