


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа
№70 имени Героя Советского Союза А.В. Мельникова»
МБОУ Школа № 70 г.о. Самара

РАССМОТРЕНО

На методическом
объединении учителей
начальных классов

 Баранова Н.В.
Протокол №1
от «31» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

по УВР
 Панихина Т.П.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

 Косилова Е.В.

Приказ №282/01-02
от «31» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Шаги к здоровью»

(для 2 классов образовательных организаций)

Пояснительная записка

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ред. от 08.11.2022 № 955) (далее – ФГОС НОО)
- Приказа Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (далее - ФООП, ФОП НОО)
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р; СП 2.4.3648-20;
- СанПиН 1.2.3685-21;
- основной образовательной программы НОО.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни «Шаги к здоровью» представляет собой комплексную программу формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психического, социального здоровья младших школьников на ступени начального общего образования как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа охватывает основные направления здоровьесберегающей деятельности в начальной школе и позволяет пробуждать в детях желания заботиться о своем здоровье, относиться к своему здоровью как к ценности; формировать установки на использование здорового питания; создавать оптимальные двигательные режимы для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развивать потребности в занятиях физической культурой и спортом; соблюдать рекомендуемый врачами режим дня; снизить влияния негативных факторов и рисков на здоровье детей (низкая двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);

сформировать умения отказаться от участия в ситуациях, наносящих вред собственному здоровью и здоровью окружающих; сформировать у ребенка потребность безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья; развитие

готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены. .

Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся? Именно в решении этих вопросов и заключается актуальность программы «Шаги к здоровью».

Данная программа предназначена для работы с детьми 8–9 лет и направлена на организацию образовательного процесса по формированию культуры здорового образа жизни младшего школьника.

Режим проведения занятий:

1 час в неделю. Всего 34 часа.

Организация занятий по программе исключает критику, негативные оценки, прямое указание ошибок младших школьников, предусматривает подчеркивание положительных действий школьника, его возможностей и способностей, созданию атмосферы доброжелательности способствуют некоторые игры и упражнения, направленные на выявление, передачу и восприятие положительной информации.

Цель программы: создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья; формирование необходимых знаний, умений и навыков по здоровому и безопасному образу жизни; использование полученных знаний в практике с целью улучшения собственного здоровья.

Задачи:

- формирование у детей и их родителей ответственного отношения к здоровому и безопасному образу жизни;
- сохранение и укрепление здоровья детей младшего школьного возраста;
- воспитание полезных привычек и пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.

В основу программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни положены **принципы:**

- принцип деятельности
- принцип адаптивности (создание открытой адаптивной модели воспитания и развития детей, реализующей идеи приоритетности самооценности детства, обеспечивающей гуманный подход к развивающейся личности ребенка);
- принцип актуальности (отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей, гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями, обеспечивает знакомство учащихся с наиболее важной гигиенической информацией);
- принцип психологической комфортности (психологическая защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации);

• доступности (предлагаемый детям для усвоения материал должен быть доступным для понимания и усвоения, теоретический материал должен быть подкреплен практическими действиями и демонстрациями; предусматривается организация и проведение сюжетно-ролевых игр, имитационных действий, поиск информации и проектная деятельность обучающихся);

• принцип обучения деятельности (организация детской деятельности по формированию здорового и безопасного образа жизни, умение самостоятельно добывать новые знания, правильно применять их на практике);

• целостности содержания образования (выделение основных этапов и блоков, логическая преемственность с уроками разной целевой направленности в процессе его осуществления);

• сознательности и активности (направлен на повышение активности учащихся в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих);

• принцип опоры на предшествующее развитие (опираться на предшествующее спонтанное, самостоятельное, «жизненное» развитие и воспитание.)

Формы проведения внеурочных занятий:

- экскурсии,
- походы,
- выставки,
- защита проектов,
- презентации,
- викторины,
- просмотры видеофильмов;
- КВНы,
- конференции,
- беседы,
- шоу,
- обсуждение видеороликов и телепередач,
- обсуждение детских книг и журналов,
- микрогрупповые соревнования,
- занятие скоростного овладения информацией,
- составление правил поведения и режима,
- занятие детских воспоминаний,
- коллективное рисование на одном листе бумаги,
- занятие по составлению кроссвордов и ребусов,
- урок творчества,
- урок путешествие,
- урок-игра,
- урок сказочное путешествие,

- моделирование.

Формы деятельности обучающихся: коллективная, групповая, работа в парах, индивидуальная.

Формы работы: на плоскости, с использованием компьютера, создание презентаций, социально-значимых проектов и др.

Учебно-тематический план

№	Содержание курса	Количество часов	Перечень универсальных действий обучающихся
1	Почему мы боеем	3	Знание причин возникновения различных заболеваний у человека; понимание роли вредных привычек для здоровья человека; сформированность представлений об отличительных признаках различных инфекционных заболеваний; актуализация здоровьесберегающих знаний, умений и навыков в конкретной жизненной ситуации; умение разумно вести себя в непредвиденных ситуациях
2	Кто и как предохраняет нас от болезней	2	Знание различных медицинских профессий; умение соблюдать правила безопасности; умение фиксировать результаты наблюдений и делать соответствующие выводы; умение выдвигать разные варианты решения проблемы; умение добывать информацию и применять ее в различных жизненных ситуациях, связанных со здоровьесбережением
3	Кто нас лечит	1	Сформированность навыков положительных эмоциональных проявлений по отношению к информации, получаемой от взрослых людей; умение наблюдать; знание номеров телефонов служб спасения, скорой помощи, детской поликлиники и т.д.
4	Прививки от болезней	2	Умение проявлять интерес к самопознанию; положительный настрой на выполнение процессов здоровьесбережения; знание передающихся инфекционных болезней и прививок против них
5	Что нужно знать о лекарствах	2	Умение добывать информацию из справочников, энциклопедий, телепередач, Интернет и т.д., обрабатывать ее и применять на практике; умение вести проектную деятельность на заданную тему; умение наблюдать, сравнивать, обобщать; самостоятельность проявления здоровьесберегающей компетентности при обращении с различными лекарственными препаратами; умение оказать элементарную медицинскую или психологическую помощь

			другим и себе
6	Как избежать отравлений	2	Устойчивость интереса к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения; осознанное отношение и взаимодействие по отношению к химическим, лекарственным, хозяйственно-бытовым веществам; понимание необходимости знания сроков хранения различных продуктов и их употребления в пищу; знание ядовитых растений; понимание того, что вредные привычки могут привести к отравлению организма (спиртное, лекарства, курение, наркотики и т.д.)
7	Безопасность при любой погоде	2	Умение адекватно реагировать на изменения в природе; умение устанавливать причинно-следственные связи; умение правильно осознавать себя, свои желания и потребности, состояние здоровья, стремление к самооценке; поведение в экстремальных ситуациях, связанных с природными явлениями
8	Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте	2	Умение правильно понимать чужие эмоциональные состояния; умение проявлять радость и доброжелательность в общении и взаимодействии со знакомыми сверстниками и взрослыми; умение правильно строить отношения с незнакомыми людьми, иметь представления об осторожности; умение разумно и правильно вести себя в непредвиденных ситуациях
9	Правила безопасного поведения на воде	1	Умение решать игровые задачи, которые содействуют сохранению здоровья; умение быстро и автономно принимать самостоятельное решение при сохранении собственного здоровья или жизни; стремление выполнять правила техники безопасности жизнедеятельности человека
10	Правила обращения с огнем	1	Стремление самостоятельно и под руководством взрослых к изучению особенностей ценностного отношения ребенка к своему здоровью и здоровью других людей, здоровому образу жизни; устойчивое стремление выполнять правила техники безопасности при обращении с огнем, электроприборами и т.д.;
11	Как уберечься от поражения электрическим током	1	Знание правил обращения с электроприборами; устойчивость и направленность любых действий и деятельности на ценность здоровья и человеческой жизни; осознанное принятие нравственных эталонов жизнедеятельности
12	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов	1	Стремление самостоятельно и под руководством взрослых к изучению особенностей ценностного отношения ребенка к своему здоровью и здоровью других людей, здоровому образу жизни; устойчивое стремление выполнять правила техники безопасности при обращении с огнем, электроприборами и т.д.;

13	Как защититься от насекомых	1	Понимание того, что насекомые являются разносчиками различных инфекционных заболеваний; умение защитить свою кожу от укусов насекомых; здоровьесберегающая эрудированность ребенка по определенной проблеме; умение перенести имеющиеся здоровьесберегающие знания в решение проблемных и имитационных ситуаций
14	Предосторожности при обращении с животными	1	Умение решать реальные или игровые задачи, помогающие сохранению здоровья; умение самостоятельно принимать решения в различных жизненных ситуациях; умение разумно вести себя в экстремальных ситуациях
15	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом	2	Умение оказать себе или другим элементарную медицинскую помощь; умение применять ребенком здоровьесберегающих знаний, умений и навыков в решении игровой дидактической задачи; умение быстро актуализировать знания, умения и навыки в решении игровой дидактической задачи; умение правильно и развернуто отвечать на вопросы, связанные с решением проблемных ситуаций и игровых задач
16	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении	2	Умение адекватно и осознанно принимать решения в нестандартных ситуациях; навык самостоятельного применения здоровьесберегающих знаний, умений и навыков; проявление интереса к получению новых знаний, информации и умение их классифицировать и применять в нестандартных ситуациях;
17	Первая помощь при травмах	2	Осознанный интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения ребенка в различных жизненных ситуациях, умение оказать элементарную медицинскую или психологическую помощь или самопомощь
18	Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос	1	Ценностное отношение ребенка к собственному здоровью; осознанное понимание того, что может навредить здоровью; интерес к самопознанию; знание правил, связанных с соблюдением правил безопасности поведения в процессе действий с опасными предметами
19	Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек	1	Наличие умения разумно вести себя в непредвиденных ситуациях; умение оказать элементарной медицинской и психологической самопомощи и помощи другим людям;
20	Сегодняшние заботы медицины	4	Положительное отношение ребенка к собственному здоровью и мотивации здорового образа жизни; знание, умения и навыки, поддерживающие, укрепляющие и сохраняющие в ребенка; знание различных мер предосторожности и умение применять их на практике
	Всего	34	