

Аннотация к рабочей программе «Уроки доктора Здоровье» Классы:1-4

Полное наименование программы:

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Уроки доктора Здоровье» начальное общее образование

Место предмета в базисном учебном плане.

Программа рассчитана на 4 года, 135 часов. В 1 классе – 33 часа, 2-4 классы по 34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 35 минут (в 1 классе), по 40 минут в 2 - 4 классах

Форма промежуточной аттестации презентация мини-проекта

Нормативно- методические материалы:

- 1.Федеральный закон от 29.12.2012 N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- 2.Приказ Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
- 3.Примерная основная образовательная программа начального общего образования (одобрена Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, Протокол заседания от 8 апреля 2015 г. № 1/15)
- 4.Основная образовательная программа начального общего образования МАОУ «Бугальшская СОШ» (Приказ № 55 от 23.08.2017).
- 5.Учебный план НОО (Приказ № 28 от 09.06.2020).

Дата утверждения.

Утверждена директором МАОУ «Бугальшская СОШ» приказом № 28 от 09.06.2020 г.

Цели обучения:

обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей 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.

Формы и методы работы:

беседы, подвижные игры, проведение физминуток, уроков – соревнований, практических работ, уроков – путешествий, конкурсов, викторин, круглые столы, экскурсии, решение ситуационных задач, дни здоровья, спортивные мероприятия.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Уроки доктора Здоровье»

Личностные результаты освоения обучающимися содержания программы:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты освоения обучающимися содержания программы :

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты освоения обучающимися содержания программы:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Учащиеся должны знать:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обливание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

Учащиеся должны уметь:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.

Содержание учебного курса

Самопознание. Части тела, их функциональное предназначение. Внутренние органы; предназначение. Рост и развитие человека. Периодизация развития. Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам.

Правила межличностного общения: предупредительность, представление себя, приглашение, отказ от нежелательного общения.

Дружба. Взаимовлияние людей, способы конструктивного решения конфликтных ситуаций. Поведение на улице и в общественных местах. Правила поведения с незнакомыми людьми.

Родственные связи - семья. Правила семейного общения. Права ребёнка в семье. Правила групповой деятельности.

Гигиена тела. Кожа и её придатки (ногти, волосы). Функциональное предназначение. Уход за кожей, волосами и ногтями. Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями.

Профилактика инфекционных заболеваний. Микромир: микробы, простейшие, грибки, вирусы. Взаимодействие человека с микромиром. «Хорошие» и «Плохие» микробы. Представление об инфекционных заболеваниях. Способы «пассивной» защиты от болезни: мытьё рук, ношение маски, одноразовые шприцы и т.д.- Представление об активной защите - иммунитете.

Бытовой и уличный травматизм. Опасные факторы современного жилища, школы игровой площадки. Ожоги. Опасность при пользовании пиротехническими средствами. Электротравма. Опасность при игре с острыми предметами. Падение с высоты. Опасность открытого окна. Катание на перилах, прыжков с крыш, гаражей и т.д., элементарные правила безопасности при катании на велосипеде. Правилпользования роликами, экипировка. Опасность, которая подстерегает роллера на улице. Оказание первой помощи при простых травмах(ссадинах, царапинах, поверхностных ранах). Укусы зверей, змей, насекомых.

Тематическое планирование 1 год обучения

№п/п	Тема урока	Кол-во часов	Примечание
1	Советы доктора Воды.	1	
2	Друзья Вода и Мыло.	1	
3	Глаза – главные помощники человека.	1	
4	Подвижные игры	1	
5	Чтобы уши слышали.	1	
6	Почему болят зубы.	1	
7	Чтобы зубы были здоровыми.	1	
8	Как сохранить улыбку красивой.	1	
9	Подвижные игры	1	
10	«Рабочие инструменты» человека.	1	
11	Зачем человеку кожа	1	
12	Надёжная защита организма	1	
13	Если кожа повреждена	1	
14	Подвижные игры	1	
15	Питание – необходимое условие для жизни человека	1	
16	Здоровая пища для всей семьи	1	
17	Сон – лучшее лекарство	1	
18	Какое настроение	1	
19	Я пришёл из школы	1	
20	Подвижные игры	1	
21	Правила ученика. Стихотворение Б.Заходера «Перемена». Рассказ «Федя на перемене»	1	
22	Рассказ М.Куниной «В гардеробе». Рассказ «В столовой»	1	
23	Вредные привычки	1	
24	Это нужно запомнить!(о вреде курения).	1	
25	Подвижные игры«Море волнуется», «Совушка»	1	
26	Скелет – наша опора	1	
27	Осанка – стройная спина	1	
28	Если хочешь быть здоров	1	
29	Правила безопасности на воде	1	
30	Подвижные игры	1	
31	Подвижные игры на свежем воздухе	1	
32	Обобщающие уроки «Доктора природы»	1	
33	Презентация мини-проекта	1	

Тематическое планирование 2 год обучения

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Примечание
1	Причина болезни	1	
2	Признаки болезни	1	
3	Как здоровье	1	
4	Как организм помогает себе сам	1	
5	Здоровый образ жизни	1	
6	Какие врачи нас лечат	1	
7	Инфекционные болезни	1	
8	Прививки от болезней	1	
9	Какие лекарства мы выбираем	1	
10	Домашняя аптека	1	
11	Отравление лекарствами	1	
12	Пищевые отравления	1	
13	Если солнечно и жарко	1	
14	Если на улице дождь и гроза	1	
15	Опасность в нашем доме	1	
16	Как вести себя на улице	1	
17	Вода - наш друг	1	
18	Как уберечься от мороза	1	
19	Чтобы огонь не причинил вреда	1	
20	Чем опасен электрический ток	1	
21	Травмы	1	
22	Укусы насекомых	1	
23	Что мы знаем про собак и кошек	1	
24	Отравление ядовитыми веществами	1	
25	Отравление угарным газом	1	
26	Как помочь себе при тепловом ударе	1	
27	Растяжение связок и вывих костей	1	
28	Переломы	1	
29	Если ты ушибся или порезался	1	
30	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	1	
31	Укус змеи	1	
32	Расти здоровым	1	
33	Воспитавай себя	1	
34	Презентация мини-проекта	1	

Тематическое планирование 3 год обучения

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Примечание
1	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	1	
2	Учимся думать.	1	
3	Спеши делать добро.	1	
4	Поможет ли нам обман.	1	
5	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.	1	
6	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	1	
7	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	1	
8	Все ли желания выполнимы.	1	
9	Как воспитать в себе сдержанность.	1	
10	Как отучить себя от вредных привычек.	1	
11	Правила и советы «Мы за ЗОЖ»	1	
12	Я принимаю подарок.	1	
13	Я дарю подарки.	1	
14	Наказание.	1	
15	Одежда.	1	
16	Ответственное поведение.	1	
17	Боль.	1	
18	Сервировка стола.	1	
19	Правила поведения за столом.	1	
20	Ты идешь в гости.	1	
21	Как вести себя в транспорте и на улице.	1	
22	Как вести себя в театре, кино, школе.	1	
23	Умеем ли мы вежливо обращаться.	1	
24	Умеем ли мы разговаривать по телефону.	1	
25	Помоги себе сам.	1	
26	Умей организовать свой досуг.	1	
27	Что такое дружба.	1	
28	Кто может считаться настоящим другом.	1	
29	Как доставить родителям радость.	1	
30	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.	1	
31	Спешите делать добро.	1	
32	Огонек здоровья.	1	
33	Путешествие в страну здоровья.	1	
34	Презентация мини-проекта	1	

Тематическое планирование 4 год обучения

№п/п	Тема урока	Кол-во часов	Примечание
1	Что такое здоровье	1	
2	Что такое эмоции	1	
3	Чувства и поступки	1	
4	Стресс	1	
5	Учимся думать и действовать	1	
6	Учимся находить причину и последствия событий	1	
7	Умей выбирать	1	
8	Принимаю решение	1	
9	Я отвечаю за свои решения	1	
10	Что мы знаем о курении	1	
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	
16	Волевое поведение	1	
17	Алкоголь	1	
18	Алкоголь – ошибка	1	
19	Алкоголь – сделай выбор	1	
20	Наркотик	1	
21	Наркотик – тренинг безопасного поведения	1	
22	Мальчишки и девчонки	1	
23	Моя семья	1	
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	Презентация мини-проекта	1	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 327766045235508045123579633876966067016845890589

Владелец Мишкина Татьяна Валентиновна

Действителен с 29.09.2023 по 28.09.2024