

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №266
Закрытого административно-территориального образования
Александровск Мурманской области»**

Утверждено

Приказом № 192-о.д

от « 31 » 08 2017 г

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Школа здоровья»

_____ **общеинтеллектуальное** _____

1-5 классы

2017-2018 учебный год

(сроки реализации)

Разработчик:
Чумакова А.А.
Должность
педагог доп. образования

г. Снежногорск
2017-2018 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации ФГОС НОО следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования. Кроме того, внеурочная деятельность в начальной школе позволяет решить ещё целый ряд очень важных задач:

- обеспечить благоприятную адаптацию ребенка в школе;
- оптимизировать учебную нагрузку обучающихся;
- улучшить условия для развития ребенка;
- учесть возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

Настоящая программа создает условия для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребёнка, её интеграции в системе мировой и отечественной культур.

Программа педагогически целесообразна, так как способствует более разностороннему раскрытию индивидуальных способностей ребенка, которые не всегда удаётся рассмотреть на уроке, развитию у детей интереса к различным видам деятельности, желанию активно участвовать в продуктивной, одобряемой обществом деятельности, умению самостоятельно организовать своё свободное время. Каждый вид внеурочной деятельности: творческой, познавательной, спортивной, трудовой, игровой – обогащает опыт коллективного взаимодействия школьников в определённом аспекте, что в своей совокупности даёт большой воспитательный эффект.

Воспитание является одним из важнейших компонентов образования в интересах человека, общества, государства. Основными задачами воспитания на современном этапе развития нашего общества являются: формирование у обучающихся гражданской ответственности и правового самосознания, духовности и культуры, инициативности, самостоятельности, способности к успешной социализации в обществе.

Занятия проводятся в форме экскурсий, круглых столов, конференций, диспутов, КВНов, викторин, праздничных мероприятий, олимпиад, соревнований, поисковых и научных исследований и т. д. Посещая модули, учащиеся прекрасно адаптируются в среде сверстников, благодаря индивидуальной работе руководителя, глубже изучается материал. На занятиях педагог дополнительного образования старается раскрыть у учащихся такие способности, как организаторские, творческие, музыкальные, что играет немаловажную роль в духовном развитии подростков.

Воспитательная парадигма школы требует от педагогического коллектива максимального содействия развитию потенциальных возможностей личности ребёнка, способности к творческой мысли, к духовному самосовершенствованию, независимости, обладающей чувством собственного достоинства, умеющей принимать рациональные решения и нести ответственность за свои поступки.

Данная Программа – это модульная программа дополнительного образования, осуществляемого в различных формах, отличных от классно-урочной, и направленная на достижение планируемых результатов и учитывающая достижения воспитательных эффектов.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы внеурочной деятельности являются:

- ✓ Закон Российской Федерации «Об образовании в РФ»;
- ✓ Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (приказ от 22.12.2009г. №373 с изменениями и дополнениями);
- ✓ Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования от 17.12.2010 №1897 (с изменениями);

- ✓ Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- ✓ Примерные требования к программам дополнительного образования детей, утвержденные Департаментом молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Министерств образования и науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844;
- ✓ Приказ Министерства образования и науки Мурманской области №1361 от 02.07.2015г «О мерах по исполнению решения коллегии Министерства образования и науки МО от 23.06.2015 «О приоритетных направлениях развития дополнительного образования детей»;
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 года №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 03 марта 2011 года регистрационный №19993).

Цель: развитие индивидуальных интересов, склонностей, способностей обучающихся, приобретение ими собственного социально-культурного опыта в свободное от учебы время.

Основными **задачами** организации внеурочной деятельности детей являются:

- усилить педагогическое влияние на жизнь учащихся в свободное от учебы время;
- организовать общественно-полезную и досуговую деятельность учащихся совместно с сельским клубом, сельской библиотекой, семьями обучающихся;
- выявить интересы, склонности, способности, возможности обучающихся к различным видам деятельности;
- оказать помощь в поисках «себя»;
- создать условия для индивидуального развития ребенка в избранной сфере внеурочной деятельности;
- развить опыт творческой деятельности, творческих способностей;
- создать условия для реализации приобретенных знаний, умений и навыков;
- развить опыт неформального общения, взаимодействия, сотрудничества;
- расширить рамки общения с социумом;
- воспитывать культуру досуговой деятельности обучающихся.

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Планируемые результаты внеурочной деятельности обучающихся начальной школы

Общий ожидаемый результат:

Повышение качества образования школьников, создание максимально благоприятных условий для раскрытия личностного потенциала учеников, повышение уровня саморазвития и самообразования.

Результатом освоения программы внеурочной занятости является:

1. Освоение младшими школьниками трех уровней образовательных результатов:

- первый уровень - приобретение школьниками социальных знаний (об общественных нормах, об устройствах общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), понимание реальности и повседневности жизни. Для достижения данного уровня особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями социальных знаний и опыта;

- второй уровень - развитие позитивного отношения школьника к базовым общественным ценностям (человек, семья, отечество, природа, мир, труд, культура, здоровье), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет равноправное взаимодействие школьников с другими школьниками на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной ему просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергать);

- третий уровень результатов - накопление школьником опыта самостоятельного социального действия. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде. Только в самостоятельном социальном действии дети становятся деятелями, гражданами, свободными людьми.

Достижение всех трех уровней результатов внеучебной деятельности увеличивает вероятность появления образовательных эффектов этой деятельности (эффектов воспитания и социализации детей), в частности:

- формирование коммуникативных, этических, социальных, гражданских компетенций;
- формирование у детей социокультурной идентичности: страновой (русской), этнической, культурной.

Программы внеурочной занятости педагогов ориентированы на достижение результатов определенного уровня и имеют возрастную привязку: 1 класс – на приобретение школьниками социальных знаний; 2-3 класс - на развитие позитивного отношения школьника к базовым общественным ценностям; 4 класс – на накопление школьником опыта самостоятельного социального действия.

2. Выход за пределы аудитории (организация мест демонстрации успешности учащихся, участие в планируемых школой делах и мероприятиях, выход за пределы школы: мероприятия муниципального, областного, Всероссийского уровней, выход в Интернет);

3. Формирование портфеля достижений школьника.

Условия для организации работы:

В школе созданы необходимые условия для организации внеурочной деятельности. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе есть оснащенный спортивный и малый залы, кабинеты дополнительного образования, актовый зал, кабинет музыки, кабинеты технологии, кабинет психолога, кабинет логопеда, имеется стадион и спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

Формы занятий:

Игры (подвижные, дидактические, настольные, народные, сюжетно-ролевые, пальчиковые), экскурсии, олимпиады, конкурсы, соревнования, кружки, секции, поисковые исследования через организацию деятельности обучающихся во взаимодействии со сверстниками, педагогами.

НАПРАВЛЕНИЯ деятельности.

Для реализации в школе доступны следующие направления внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительная, духовно-нравственная, социальная, общеинтеллектуальная (познавательная), проектная деятельность.

Виды деятельности:

Игровая, познавательная, досугово-развлекательная, художественное творчество, социальное творчество, спортивно-оздоровительная, проблемно-ценностное общение.

Программа состоит из модулей:

1. «Секреты русского языка»;

2. «Веселая математика»;
3. «Природа с нами»;
4. «Край, в котором мы живем»;
5. «Занимательная грамматика»
6. «Школа здоровья»;
7. «История родного края»

Данный раздел имеет своей целью раскрыть детям основы здорового образа жизни, позволяющие эффективно решать одну из самых актуальнейших задач современного образования — формирование здорового образа жизни младших школьников (обучение детей элементарным приёмам здорового образа жизни (ЗОЖ), содействие оздоровлению учащихся).

Задачи

Образовательные:

- обучение детей профилактическим методикам — оздоровительная гимнастика, пальцевая, корригирующая, дыхательная, для профилактики простудных заболеваний, для бодрости, самомассаж;
- обучение детей простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах;
- привитие детям элементарных гигиенических навыков (мытьё рук, использование носового платка при чихании и кашле и т. д.).

Воспитательные:

- желание быть *здоровым душой и телом*;
- стремиться *творить своё здоровье*, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия;
- приобретение навыков *самосовершенствования* при получении знаний о том, от чего зависит наше здоровье.

Развивающие:

- самостоятельное экспериментирование и поисковая активность детей побуждают их к *творческому* отношению при выполнении заданий;
- обучение любви к себе, к людям, к жизни развивают *гармонию* с собой и с миром;
- формирование позиции признания *ценности здоровья*, чувства *ответственности* за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

Данный раздел рассчитан на 33 часа в год для 1 классов.

Ожидаемые результаты

Предметные:

Должны знать как правильно надо мыть руки и лицо, как заботиться о глазах и как ухаживать за ушами, зубами, руками и ногами, знать правила ухода за кожей, как следует питаться, о пользе сна, правила поведения в школе и дома, о вреде курения, о пользе физических упражнений и закаливания, правила безопасного поведения на воде.

Должны знать: о причинах и признаках болезней, что такое адаптация и как организм помогает себе сам, понимать значение выражения «здоровый образ жизни», какие врачи помогают сохранить нам здоровье, что такое инфекционные болезни и для чего делают прививки от болезней, понимать для чего нужны лекарства, признаки лекарственных и пищевых отравлений; правила поведения, если солнечно и жарко и если на улице дождь и гроза; правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте; правила безопасного поведения на воде; правила обращения с огнём; знать, чем опасен электрический ток; как уберечься от порезов, ушибов, переломов; как защититься от насекомых; правила обращения с животными; признаки отравлений жидкостями, пищей парами, газом; признаки перегревания и теплового удара; какие бывают травмы; правила поведения, если в глаз, ухо, нос или горло попал посторонний предмет; признаки укуса змеи; о неизлечимых болезнях века.

Должны уметь: правильно мыть руки и лицо, делать гимнастику для глаз, содержать в чистоте и защищать уши, зубы, руки, ноги и кожу от повреждений, выбирать полезную для здоровья пищу и тщательно пережёвывать её при приёме, спать по 11-11,5 часов, ложась в 20-21 час, контролировать своё поведение в школе и дома, уметь противостоять при предложении покурить, выполнять физические упражнения для укрепления мышц, выполнять закаливающие процедуры, соблюдать правила безопасного поведения на воде, играть в подвижные игры на воздухе.

Личностные

Должны уметь: заботиться о своём здоровье, составлять и выполнять режим дня, вести здоровый образ жизни, выполнять рекомендации врача во время болезни, своевременно делать прививки, следить за содержанием домашней аптечки, оказать себе первую помощь при лекарственных и пищевых отравлениях, при солнечных ожогах, если промокли под дождём; соблюдать правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте, на воде, при пожаре в доме, оказать первую помощь пострадавшему от электрического тока; оказать первую помощь при порезах, ушибах, переломах; оказать первую помощь при укусах насекомых; оказать себе первую помощь, если укусила собака; помочь себе при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом; помочь себе при тепловом ударе, при ожогах и обморожении; оказать первую помощь при травмах; оказать первую помощь при укусе змеи; заниматься самовоспитанием.

Должны уметь: понимать, какое чувство провоцирует на тот или иной поступок (злость, зависть, гнев, радость); стараться избегать стрессов; уметь находить причину и последствия событий, уметь выбирать правильное для своего здоровья поведение; отвечать за своё решение; уметь противостоять, если кто-то будет предлагать покурить; заниматься самовоспитанием; уметь сказать *нет*, если кто-нибудь будет предлагать попробовать алкоголь или наркотики; уметь оказывать помощь своим одноклассникам, поддерживать и помогать членам своей семьи.

Календарно – тематическое планирование (33 часа)

№	Тема занятий	Форма проведения	Количество часов	Дата проведения	
				По плану	По факту
1.	Дружи с водой	Урок-игра	1		
2.	Забота о глазах и ушах	Урок путешествия	1		
3.	Уход за зубами, руками и ногами		1		
4.	Забота о коже	ребусы	1		
5.	Как следует питаться. Полезный сон.		1		
6.	Вредные привычки	Урок путешествия	1		
7.	Мышцы, кости и суставы		1		
8.	Обтирание и обливание. Как закаляться	Урок игра	1		
9.	Народные и подвижные игры	Урок путешествия	1		
10.	Прививки от	Урок игра	1		

	болезней. Что нужно знать о лекарствах. Как избежать отравлений				
11.	Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте		1		
12.	Правила безопасного поведения на воде		1		
13.	Правила общения с огнем	Урок путешествие	1		
14.	Как уберечься от поражения электрическим током, от порезов, ушибов, переломов.		1		
15.	Предосторожности при обращении с животными. Как защититься от насекомых	Урок игра	1		
16.	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом	Урок викторина	1		
17.	Первая помощь при попадании инородных тел в глаза, ухо, нос	Урок беседа	1		
18.	Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек	Урок информации	1		
19.	Добрый быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	Урок викторина	1		
20.	Чего не надо бояться		1		
21.	Почему мы говорим неправду, не слушаемся	Круглый стол	1		
22.	Надо уметь сдерживать себя. Как вести себя с незнакомыми людьми		1		
23.	Не грызи ногти, не ковыряй в носу		1		

24.	Как относиться к подаркам		1		
25.	Как следует относиться к наказаниям		1		
26.	Как нужно одеваться	Урок сообщение	1		
27.	Как вести себя за столом. Как вести себя в гостях. Как вести себя в общественных местах		1		
28.	«Нехорошие слова». Недобрые шутки		1		
29.	Как выбрать друзей	Урок викторина	1		
30.	Как помочь родителям, больным и беспомощным		1		
31.	Наше здоровье. Как помочь сохранить себе здоровье	Урок путешествие	1		
32.	Почему некоторые привычки называются вредными.	Урок викторина	1		
33.	Помоги себе сам. Волевое поведение		1		

Список литературы

1. Зайцев Г.К. Уроки Айболита.- Спб., 2010.
2. Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра.- Спб., 2011.
3. Зайцев Г.К. Твои первые уроки здоровья. - 2010.
4. Латохина Л.И. Творим здоровье души и тела. - Спб., .
5. Ослепительная улыбка на всю жизнь: Методическое пособие по гигиене полости рта для начальной школы/Под ред. Г.М. Королева. - М.: Медиа Сфера,2013.
6. Физкультура для всей семьи/Сост. Т.В. Козлова, Т.А. Рябухина. - М.: Физкультура и спорт, 2011..
7. Энциклопедический словарь юного спортсмена/ Сост. И.Ю. Сосновский, А.М. Чайковский. - М., 2010.
8. Обухова Л.А., Лемякина Н.А. Школа докторов Природы или 135 уроков здоровья.
9. Воронова Е.А. Здоровый образ жизни в современной школе. - Ростов на/Дону: Феникс, 2007.
10. Обухова Л.А., Лемякина Н.А. Тридцать уроков здоровья для первоклассников: Методическое пособие. - И.: ТЦ «Сфера», 2001.