

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ульяновской области

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "УПРАВЛЕНИЕ
ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ "МАЙНСКИЙ РАЙОН" УЛЬЯНОВСКОЙ
ОБЛАСТИ".**

МКОУ "Старомаклаушинская СШ"

РАССМОТРЕНО

ШМО учителей
естественно-научного
направления

Рожкова О.В.
Протокол №1 от «28» 08
2024 г.

СОГЛАСОВАНО

на заседании
педагогического Совета
учителей МКОУ
"Старомаклаушинская
СШ"

Зимин А.Б.
Педсовет №1 от «29» 08
2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МКОУ
"Старомаклаушинская
СШ"

Зимин А.Б.
Приказ №75 от «29» 08
2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Азбука здоровья»

для обучающихся 5 классов

с. Старые Маклауши 2024-2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. Внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Рабочая программа по внеурочной деятельности (спортивно-оздоровительного направления) составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, разработана на основе методических рекомендаций А.И. Савенкова «Методика исследовательского обучения младших школьников»- г. Самара: «Учебная литература», 2023 г.

Программа рассчитана на 34 часа в год. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут.

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья» направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Блок 1: Болезни и те, кто их лечит.

Причины болезни. Признаки болезни. Как здоровье? Как организм помогает себе сам. Здоровый образ жизни. Какие врачи нас лечат. Инфекционные болезни. Прививки от болезней. Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка. Отравление лекарствами. Пищевые отравления.

Блок 2: Безопасность при любой погоде и в любом месте.

Если солнечно и жарко. Если на улице дождь и гроза. Опасность в нашем доме. Как вести себя на улице. Вода – наш друг. Чтобы огонь не причинил вреда. Чем опасен электрический ток.

Блок 3: Основы первой медицинской помощи

Травмы. Укусы насекомых. Что мы знаем про кошек и собак. Укусы змей. Отравление ядовитыми веществами. Отравление угарным газом. Как помочь себе при тепловом ударе. Как уберечься от мороза. Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее. Растяжение связок и вывих костей. Переломы. Если ты ушибся и порезался.

Блок 4: Сегодняшние заботы медицины

Расти здоровым. Воспитавай себя. Я выбираю движение.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Освоение внеурочной деятельности «Азбука здоровья» на уровне основного общего образования должно обеспечить достижение следующих обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Азбука здоровья» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить;
- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром;
- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста);
- Слушать и понимать речь других. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

Метапредметные результаты

- Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя;
- Проговаривать последовательность действий на уроке;

- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану;
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке;
- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре);
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке;
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
- Находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Предметные результаты

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Болезни и те, кто их лечит.	6		0.5	Библиотека ЦОК
2	Безопасность при любой погоде и в любом месте.	12		2.5	Библиотека ЦОК
3	Основы первой медицинской помощи	10		5.5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413368
4	Сегодняшние заботы медицины	6			Библиотека ЦОК
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	8.5	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Почему мы боеем	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cca60
2.	Кто и как предохраняет нас от болезней	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ccc0e
3.	Кто нас лечит.	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ccc0e
4.	Прививки от болезней.	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ccf56
5.	Что нужно знать о лекарствах.	1		0.5		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cd0c8
6.	Как избежать отравлений.	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cd9ce
7.	Безопасность при любой погоде.	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cd65e
8.	Правила безопасного поведения.	1		0.5		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cd866
9.	Правила безопасного поведения в доме.	1		0.5		
10.	Правила безопасного поведения на улице.	1		0.5		
11.	Правила безопасного	1		0.5		

	поведения в транспорте.					
12.	Правила безопасного поведения на воде.	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cdb36
13.	Правила безопасного поведения на льду.	1				
14.	Правила обращения с огнём	1		0.5		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cd3de
15.	Как уберечься от поражения электрическим током.	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863cddde
16.	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ce568
17.	Как защититься от насекомых	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ce73e
18.	Предосторожности при обращении с животными.	1				
19.	Первая помощь при укусах насекомых, змей.	1		0.5		
20.	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей.	1		0.5		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ce8ec
21.	Первая помощь при отравлении парами, газом.	1		0.5		
22.	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе.	1		0.5		
23.	Первая помощь при ожогах и обморожении			0.5		
24.	Первая помощь при травмах.	1		0.5		
25.	Первая помощь при растяжениях.	1		0.5		

26.	Первая помощь при кровотечениях.	1		0.5		
27.	Первая помощь при переломах.	1		0.5		
28.	Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.	1		0.5		
29.	Сегодняшние заботы медицины.	1				
30.	Расти здоровым.	1				
31.	Воспитавай себя.	1				Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863ce8ec
32.	Я выбираю движение.	1				
33.	Подведение итогов.	1				
34.	Экскурсия «Здоровый образ жизни».	1		1		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	8.5		

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. «Режим дня школьника.» М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.

«Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования.» - М.: 2004

Соковня-Семёнова Н.Н. «Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь» - М., 2020.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

<http://www.mirknig.com/>

<http://school-collection.edu.ru/>