

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ-
ЧУЧКОВСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН РЯЗАНСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «АЛАДЬИНСКАЯ ШКОЛА»

Принято
Педагогическим советом
Протокол №__ от
«30» августа 2018 г.

«Утверждаю»
Директор школы:
_____ А.А.Еремина
Приказ №8/1 от 31.08.2018 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности
«Уроки доктора Здоровье»**

Программа рассчитана на детей в возрасте 6-10 лет

Срок реализации – 4 год

Составитель:
Замотина Вера Ивановна,
учитель начальных классов
I категории

с. Аладыно
2018 г.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности «Уроки доктора Здоровья»

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний об этике и эстетике повседневной жизни человека, о русских народных играх, традициях.
2. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к родной природе и культуре, своему собственному здоровью и внутреннему миру. Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного, физического и эмоционального воспитания детей, пробуждают интерес, воображение, развивают внимание. В комплексе с другими воспитательными средствами они представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.
3. Результаты третьего уровня (приобретение школьниками опыта самостоятельного социального действия): опыт заботы о малышах и организация их досуга; опыт организации и самоорганизации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде, т.к. в правилах игры заложено большое воспитательное значение. Они определяют весь ход игры, регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения, содействуют формированию воли. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны ребёнку. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Оздоровительные результаты программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

Личностные УУД:

- 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;

- приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром. Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

Регулятивные УУД

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на занятии.
- Учить высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД

- 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 занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся.
- 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 и схематических рисунков).

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания из различных источников, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные УУД

- 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, кружки, заседания, которые имеют спортивно – оздоровительную направленность и направление художественного творчества.

Содержание программы.

Формы организации занятий и виды деятельности обучающихся

- Проведение беседы с учащимися
- Организация и проведение игр
- Творческое рисование
- Составление памятки
- Анализ жизненных ситуаций
- Практические работы
- Тестирование
- Подвижные игры

1 год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Человек и его помощники	9	1	8
2	Рабочие инструменты человека	5		5
3	Питание человека	2		2
4	Наше настроение	6	1	5
5	Вредные привычки	3		3
6	Скелет человека	2		2
7	Если хочешь быть здоров	6		6

2 год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		всего	теория	практика

1	Наши болезни	4		4
2	Здоровый образ жизни	6	1	5
3	Виды отравлений	2		2
4	Влияние природных условий на человека	6		6
5	Что опасно в доме	9	1	8
6	Воспитай себя	7		7

3 год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Спешите делать добро	6		6
2	Воспитание в себе сдержанности	11	1	10
3	Ты в гостях	3		3
4	Правила поведения на улице	6	1	5
5	Что такое дружба	8		8

4 год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Чувства и поступки	9	1	8
2	Вредные привычки	13	1	12
3	Моя семья	3		3
4	Правильное питание	2		2
5	Чистота и порядок	7		7

Календарно-тематическое планирование

1 год обучения (33 часа)

№ п.п.	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Корректировка даты
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- 22	Я – ученик.	2		
23- 24.	Вредные привычки.	2		
25.	Подвижные игры.	1		
26.	Скелет – наша опора.	1		
27.	Осанка – стройная спина.	1		
28.	Если хочешь быть здоров.	1		
29.	Правила безопасности на воде.	1		
30- 31.	Подвижные игры.	2		
32- 33.	Обобщающие уроки «Доктора Здоровья».	2		

2 год обучения (34 часа).

№ п\п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Корректировка даты
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.	Отравления лекарствами.	1		
12.	Пищевые отравления.	1		
13.	Если солнечно и ясно.	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.	Отравления ядовитыми веществами.	1		
25.	Отравления угарным газом.	1		
26.	Как помочь себе при тепловом ударе.	1		
27.	Растяжения связок и вывих костей.	1		
28.	Переломы.	1		
29.	Если ты ушибся или порезался.	1		
30.	Если в глаз, ухо, нос или	1		

	горло попало постороннее тело.			
31.	Укус змеи.	1		
32.	Расти здоровым.	1		
33.	Воспитаи себя.	1		
34.	Я выбираю движение.	1		

3 год обучения (34 часа)

№ п\п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Корректировка даты
1.	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	1		
2.	Учимся думать.	1		
3.	Спешу делать добро.	1		
4.	Поможет ли вам 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 - 11.	Как отучить себя от вредных привычек.	2		
12.	Я принимаю подарок.	1		
13.	Я дарю подарок.	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, в 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.	Огонёк здоровья.	1		
33.	Путешествие в страну здоровья.	1		
34.	Культура здорового образа жизни.	1		

4 год обучения (34 часа).

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Корректировка даты
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.	Наркотик.	1		
20.	Наркотик – тренинг безопасного поведения.	1		
21.	Алкоголь и наркотик – сделай выбор.	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.	Будьте здоровы!	1		

