

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Ельнинская средняя школа №2 имени К.И. Ракутина

<p><b>РАССМОТРЕНО</b> Педсовет Протокол №1 от « » августа 2024 г.</p>	<p><b>УТВЕРЖДЕНО</b> Директор школы _____ Л.В.Ревяко Приказ № от « » августа 2024 г.</p>
---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
Внеурочной деятельности  
2 – ые классы

**Уроки здоровья.**

Учитель высшей категории Ананьева Нина Петровна

Учитель первой категории Кузнецова Марина Александровна

г.Ельня  
2024 год

## Рабочая программа кружка

Рабочая программа составлена на основе:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 20.12.2012г.
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ № 373 от 6 октября 2009 г.
3. Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ Ельнинской СШ №2 им. К.И. Ракутина
4. Положения о внеурочной деятельности МБОУ Ельнинской СШ №2 им. К.И. Ракутина
5. Учебного плана МБОУ Ельнинской СШ №2 им. К.И. Ракутина на 2023-2024 учебный год

**Актуальность** программы заключается в решении важных вопросов. 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?

### **Цель и задачи программы**

**Цель** : 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.

Программа рассчитана на **1 час в неделю; 16 недель ; 16 часов**  
 Срок реализации программы: **I полугодие.**

**Содержание рабочей программы  
 1 час в неделю; 16 недель ; 16 часов**

Наименование темы	Количество часов	Содержание учебного материала	Формы организации и виды деятельности
Почему мы бодем. Прививки от болезней.	1	Причины заболеваний человека. Роль прививок в предотвращении опасных заболеваний.	Программой предусмотрены обязательные практические занятия: работа с дидактическим материалом (в игровой форме); изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни ситуаций , связанных с ЗОЖ . Программа построена с учетом уровня подготовки и общего развития учащихся начальной школы по классам обучения и включает в себя основные, наиболее часто встречающиеся опасные ситуации, в которых ребенок может познакомиться с правилами ЗОЖ, научиться им следовать. Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей
Безопасность при любой погоде	1	Признаки солнечного ожога. Первые признаки обморожения. Первая помощь.	
Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос	1	Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо.	
Подвижные игры	1	Игра «Угадай-ка!» Игры на свежем воздухе. Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня». «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», «Раз, два, три-беги!»	
Питание – необходимое условие для жизни человека	1	Здоровое питание. Профилактика переиздания, пищевых отравлений	
Витамины А,В,С...	1	Роль витаминов для здоровья человека. Продукты, содержащие наибольшее количество витаминов определенного	

		типа.	должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.
Вредные привычки	1	<p><i>Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек</i></p> <p>Курение и его влияние на состояние здоровья. Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность человека. Профилактика вредных привычек.</p>	
Что нужно знать о лекарствах	1	Сформировать представление учащихся о том, что безвредных лекарств не бывает, что лекарства имеют побочные явления	
Как избежать отравлений	1	Интерес 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	
Как избежать отравлений	1	Знание ядовитых растений и грибов. Понимание того, что они могут привести к отравлению организма.	
Правила безопасного поведения на воде	1	Опасности, подстерегающие детей у воды. Выведение правил поведения у водоемов. Запрещающие знаки (конкурс рисунков) – работа в группах.	
Правила общения с огнём	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	

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	
Как уберечься от порезов, ушибов, переломов	1	Интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения ребенка в различных жизненных ситуациях, умение оказать элементарную помощь или самопомощь	
Предосторожности при обращении с животными	1	Актуализация знаний учащихся о том, как правильно вести себя с животными, которые находятся рядом. Беседа о домашних животных и правильном обращении с ними. Причины, из-за которых животные могут вести себя агрессивно. Возможные негативные последствия, к которым может привести неправильное обращение с животными.	
Кто нас лечит	1	Умение наблюдать; знание номеров телефонов служб спасения, скорой помощи, детской поликлиники и т.д. Тестирование по теме: «Какие врачи помогают нам сохранить здоровье». Раскрыть различие понятий «больница», «поликлиника», «санаторий», «профилакторий», «скорая помощь», «травматологический центр».	
Итого	16		

#### Учебно – тематический план

№п/п	Наименование раздела (блока), темы	Количество часов	Резерв
1.	Почему мы бодем. Прививки от болезней.	1	

2.	Безопасность при любой погоде	1	
3.	Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос	1	
4.	Подвижные игры	1	
5.	Питание – необходимое условие для жизни человека	1	
6.	Витамины А,В,С...	1	
7.	Вредные привычки	1	
8.	Что нужно знать о лекарствах	1	
9.	Как избежать отравлений	1	
10.	Как избежать отравлений	1	
11.	Правила безопасного поведения на воде	1	
12.	Правила общения с огнём	1	
13.	Как уберечься от поражения электрическим током	1	
14.	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов	1	
15.	Предосторожности при обращении с животными	1	
16.	Кто нас лечит	1	
	Итого	16	

**Календарно –тематическое планирование  
1 час в неделю; 16 недель ; 16 часов**

№	Дата	Коррекция КТП	Тема	Дополнительная информация с учетом специфики курса
---	------	------------------	------	---

1			Почему мы бодем. Прививки от болезней.	Анализ ситуации в стихотворении С.Михалкова «Прививка». Просмотр м\ф «Про бегемота, который боялся прививок»
2			Безопасность при любой погоде	Признаки солнечного ожога. Первые признаки обморожения. Первая помощь.
3			Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос	Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо.
4			Подвижные игры	Игры на свежем воздухе. Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня».
5			Питание – необходимое условие для жизни человека	Здоровое питание. Профилактика переедания, пищевых отравлений
6			Витамины А,В,С...	Роль витаминов для здоровья человека. Продукты, содержащие наибольшее количество витаминов определенного типа.
7			Вредные привычки	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек
8			Что нужно знать о лекарствах	Проявлять здоровьесберегающую компетентности при обращении с различными лекарственными препаратами; умение оказать элементарную медицинскую или психологическую помощь другим и себе
9			Как избежать отравлений	Познакомить с различными видами и симптомами отравлений. Актуализировать знания детей о том, какие действия могут привести к отравлению. Ядовитые препараты, химикаты, растения, грибы, ягоды, лекарственные препараты. Дать понятие «передозировка». Могут ли витамины стать отравой, в каком случае это может произойти. Презентация «первая помощь при отравлении». Проведение практической работы по измерению пульса.

10			Как избежать отравлений	Недоброкачественная продукция. Ее отличительные признаки. Сроки годности. Практическая работа «определение сроков годности различных продуктов». Признаки пищевого отравления. Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами.
11			Правила безопасного поведения на воде	Конкурс рисунков «Отдых у водоема», «Наша река». Фотовыставка. Олимпийские виды спорта, связанные с различным состоянием воды. Польза купания и закаливания.
12			Правила общения с огнём	Значение огня в жизни человека – актуализация знаний детей. Анализ примеров жизненных ситуаций, раскрывающих положительные и отрицательные стороны огня. Обсуждение ситуаций, от чего могут возникнуть пожары (явления природы, деятельность человека, техногенные пожары), как правильно поступать при начале пожара. Правила противопожарной безопасности.
13			Как уберечься от поражения электрическим током	Расширить представления детей о понятиях «электрические приборы», «электрический удар», «короткое замыкание», «электрический заряд». Познакомить детей с возможными повреждениями организма человека при воздействии на него электрического тока. Материалы, которые являются изоляторами тока (резина, кожа, бумага) и использование их при оказании помощи человеку, находящемуся под действием тока. Предметы, которые очень хорошо проводят электрический ток. Правила оказания первой медицинской помощи пострадавшему от электрического тока. Сформулировать правила безопасного поведения при контакте с электроприборами.



14			Как уберечься от порезов, ушибов, переломов	Ввести понятий «травма», «травматизм». Познакомить с различными видами травм и их происхождением. Провести практическую работу по ознакомлению детей с оказанием первой медицинской помощи при порезах, ушибах, переломах.
15			Предосторожности при обращении с животными	На основе работы над отрывком из книги А. Раскина «Как папа был маленьким» подвести детей к выводу о том, что дразнить незнакомых животных опасно для здоровья человека.
16			Кто нас лечит	Виртуальная экскурсия в поликлинику (или настоящая экскурсия). Организовать встречу детей с врачами различных специализаций, которые лечат детей (педиатр, стоматолог, ЛОР-врач, хирург, врач-инфекционист и т.д.).

### **Планируемые результаты изучения курса(личностные, метапредметные, предметные )**

#### **Личностные**

- овладение начальными навыками адаптации в динамично развивающемся и меняющемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### **Метапредметные:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- овладение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- овладение логическими действиями анализа, сравнения, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений.

**Предметные:****Обучающийся научится:**

- определять причины некоторых заболеваний;
- определять причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- основным видам закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правилам закаливания организма; узнает о влиянии закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основным формам физических занятий и видам физических упражнений.
- определять факторы, влияющие на здоровье человека;
- понимать основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни». Режим дня, необходимые условия, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья. Как ухаживать за своим телом. Факторы, отрицательно влияющие на состояние здоровья (курение, алкоголь, токсикомания).

**Обучающийся получит возможность научиться:**

- понимать , от чего зависит наше здоровье. Как живет наш организм-знать влияние на здоровье человека температуры окружающего воздуха и погодных условий (ветер, дождь, снег). Что значит одеться по сезону, правила поведения.
- знать, от чего зависит наше здоровье. Как живет наш организм-знать влияние на здоровье человека температуры окружающего воздуха и погодных условий (ветер, дождь, снег). Что значит одеться по сезону, правила поведения.
- понимать причины некоторых заболеваний;