

Утверждаю
Приказ №248 от "30" августа 2023 г.

Директор школы
_____ *С.А. Фандина*

Рассмотрено
на заседании ШМО учителей
начальных классов
Протокол №1 от "29" августа 2023 г.
Рук.ШМО начальных классов
_____ *Н.П. Моисейкина*

Согласовано
"29" августа 2023 г.
Зам.директора по ВР
_____ *Л.С. Мешкова*

Принята
на педагогическом совете
Протокол №1 от "30" августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»

3 класс

1 ч в неделю, всего 34 ч.

Учитель
Татьяна Алексеевна Земцова

2023-2024 учебный год

Планируемые результаты освоения курса «Азбука здоровья»

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.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Азбука здоровья» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД:

- *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.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- *Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку* деятельности класса на уроке.

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 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).*

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, 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 (в приложении представлены варианты проведения уроков).

В предметном направлении ученик научится:

- *знать* части тела, основные органы и системы своего организма;
- *усвоить термины и правила* здорового образа жизни;

- называть факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, правила закаливания организма;
 - знать основные правила безопасного поведения на улице, на воде, в школе и дома;
 - знать правила экологически грамотного поведения в природе;
 - знать телефоны специальных служб (пожарной, газовой, скорой помощи и милиции);
 - применять меры профилактики инфекционных заболеваний, правила поведения во время болезней;
 - понимать значение двигательной активности и занятий спортом для укрепления здоровья;
 - запомнить предметы личного и общего пользования при соблюдении гигиенических норм и правил;
 - усвоить правила личной гигиены, гигиены органов зрения, слуха, полости рта, ухода за одеждой; правила здорового питания, культуру приема пищи;
 - знать меры профилактики нарушений осанки, упражнение для коррекции нарушений осанки;
 - усвоить основы культуры общения: приветствие, благодарность, извинение, прощание; основы самовоспитания, доброго отношения к окружающему миру;
 - подбирать пословицы, поговорки и загадки, подчеркивающие важность здоровья.
- Ученик получит возможность:**
- выполнять комплекс упражнений, гимнастики;
 - соблюдать правила личной гигиены: правильно ухаживать за полостью рта, волосами, ногтями, ушами;
 - выполнять гимнастику для глаз; упражнения для профилактики нарушений осанки, дыхательную гимнастику;
 - использовать правила безопасного поведения в различных ситуациях: при переходе через улицу, обходе транспорта, при пожаре, встрече с незнакомыми людьми, дома в отсутствие родителей и т.д.;
 - бережно относиться к природному окружению (растениям, животным и т.д.), ухаживать за комнатными растениями, подкармливать птиц;
 - выполнять правила культурного поведения при общении с окружающими людьми: близкими, знакомыми и незнакомыми;
 - вести простейшие самонаблюдения за своим здоровьем;
 - правильно оценивать собственные поступки и корректировать свои действия;
 - использовать предлагаемую информацию с целью оздоровления организма.
- Данный уровень знаний, умений и навыков на протяжении всей программы расширяется и углубляется.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»

Дружи с водой (2ч) Советы доктора Воды. Дружья Вода и Мыло.

Забота об органах чувств (4 ч) Глаза – главные помощники человека. Чтобы уши слышали. Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма. Если кожа повреждена.

Уход за зубами (3 ч) Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку красивой.

Уход за руками и ногами (2 ч) «Рабочие инструменты» человека.

Как следует питаться (3ч) Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая Пища для всей семьи. Как избежать отравлений.

Как сделать сон полезным (1 ч) Сон – лучшее лекарство.

Настроение в школе (1 ч) Как настроение? Я пришёл из школы.

Поведение в школе (1 ч) Я – ученик.

Почему мы боеем.(3 ч) Кто и как предохраняет нас от болезней. Кто нас лечит.Ещё раз о лекарствах. Я прививок не боюсь, если надо уколюсь.

Вредные привычки (2 ч)**Мышцы, кости и суставы (2 ч)** Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина.**Как закаляться (2 ч)** Если хочешь быть здоров. Правила безопасности на воде.**Народные игры (1 ч)****Подвижные игры (2ч)****Доктора природы (1 ч)****Предосторожность при общении с животными (2 ч).** Предосторожность при общении с животными. Первая помощь при укусах собак, кошек, насекомых, змей. Защита от насекомых.**Первая помощь при травмах (4 ч)****Тематическое планирование**

№	Дата	Тема занятия	Примечание
1.	07. 09.23г.	Дружи с водой. Правила безопасного поведения на воде.	
2.	14. 09. 23г.	Друзья Вода и Мыло. Советы доктора Воды..	
3.	21. 09. 23г.	Забота об органах чувств. Глаза – главные помощники человека.	
4.	28. 09. 23г.	Чтобы уши слышали.	
5.	05.10. 23г.	Зачем человеку кожа. Если кожа повреждена.	
6.	12.10. 23г.	Надёжная защита организма. Забота о коже.	
7.	19.10.23г.	Почему болят зубы	
8.	09.11. 23г.	Уход за зубами.	
9.	16.11. 23г.	Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку красивой.	
10.	23.11. 23г.	Уход за руками и ногами.	
11.	30.11. 23г.	«Рабочие инструменты» человека.	
12.	07.12.23г.	Как следует питаться. Питание – необходимое условие для жизни человека.	
13.	14.12. 23г.	Здоровая Пища для всей семьи.	
14.	21.12. 23г.	Как избежать отравлений.	
15.	28.12. 23г.	Как сделать сон полезным. Сон – лучшее лекарство.	
16.	11.01. 24г.	Настроение в школе. Настроение после школы.	
17.	18.01.24г.	Поведение в школе. Я – ученик.	
18.	25.01.24г.	Почему мы боеем. Кто и как предохраняет нас от болезней.	
19.	01.02.24г.	Кто нас лечит.	
20.	08.02.24г.	Ещё раз о лекарствах. Я прививок не боюсь, если надо уколюсь.	
21.	15.02.24г.	Вредные привычки. Не грызи ногти.	
22.	22.02.24г.	Мышцы, кости и суставы. Скелет – наша опора.	
23.	29.02.24г.	Осанка – стройная спина.	
24.	07.03.24г.	Как закаляться. Если хочешь быть здоров.	
25.	14.03.24г.	Как правильно вести себя на воде.	

26.	21.03.24г.	Народные игры.	
27.	04.04.24г.	Подвижные игры.	
28.	11.04.24г.	Доктора природы.	
29.	18.04.24г.	Предосторожность при общении с животными. Первая помощь при укусах собак, кошек, насекомых, змей.	
30.	25.04.24г.	Защита от насекомых.	
31.	02.05.24г.	Первая помощь при травмах.	
32.	16.05.24г.	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	
33.	23.05.24г.	Опасности летом.	
34.	30.05.24г.	Игра «Путешествие в страну здоровья».	