

Муниципальное образовательное учреждение « Основная
общеобразовательная школа с. АрбузовкаИвантеевского района
Саратовской области»

УТВЕРЖДЕНО
Директор МОУ ООШ с.Арбузовк
Л. И. Кирилин
Приказ № 47 от 30.08. 2023 г

Рабочая программа по внеурочной деятельности учащихся 3 класса

«Здоровейка»

с оздоровительной направленностью

Составитель: **Савина Инна Ивановна**

2023 год

1. Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Результатами освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской гражданской идентичности.

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.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные). *Метапредметными результатами* программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Азбука здоровья» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. 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).


2. 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.

3. 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).

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.



СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "Здоровейка"

3 класс – 34 часа

1. Мир вокруг и я в нём. (17 часов).

Раскрыть изменения, происходящие с ребёнком. Что такое конфликтная ситуация. Как избежать конфликта, какие решения надо принимать для погашения назревшего конфликта. Может ли решить проблему драка. Что является причиной невыдержанности, как воспитать в себе сдержанность, капризные дети, как к ним относятся окружающие люди. Одна из вредных привычек: алкоголизм, что приводит к этому, как страдают люди вокруг алкоголика, последствия этого порока для самого пьющего человека и близких. Какие нарушения в осанке, от чего это бывает, как сохранить осанку, разучивание физических упражнений для сохранения осанки. Предметы и явления, которых часто боятся дети, почему их не надо бояться, как воспитать в себе уверенность и бесстрашие. В каких случаях и почему мы обманываем, к чему может привести притворство и хвастовство, как ложь становится привычкой, «неправда – ложь» в пословицах и поговорках. Хорошо ли мы знаем своих родителей, чем они озабочены и чего ждут от нас, все родители хотят видеть своих детей счастливыми и успешными, гордиться детьми, как доставить радость родителям. Почему дарят подарки, как принимать подарок, когда надо отказаться от подарка, подарки не просят. Последствия курения для организма. Что значит одеваться со вкусом, как одеваться в определённых случаях. Почему надо быть осторожным при встрече с чужими людьми, каких правил необходимо придерживаться. Хорошо ли ведут себя дети в школьной столовой, дома в гостях, сервировка стола, правила поведения за столом. Внешняя и внутренняя культура человека, как научиться контролировать своё поведение. Умеем ли мы правильно говорить, слова-паразиты, жаргон, как говорить по телефону, обращение к людям, над чем нельзя шутить и смеяться.

2. В гостях у Компьютошки. (5 часов).

Рассказать о технике безопасности при работе с компьютером в компьютерном классе или дома, какие правила необходимо выполнять, чего нельзя делать. Какой и почему должна быть освещённость при работе с компьютером, длительность работы за компьютером. Устройство глаза, почему надо беречь глаза, разучивание упражнений для глаз и физкультурных пауз.

3. Охрана жизни человека. (10 часов).

Продолжить работу над правилами дорожного движения. Повторить материал, пройденный во втором классе. Первая помощь при отравлении жидкостями, газами, пищей, дымом. Что такое тепловой удар, то происходит при этом в организме, как вести себя человеку, получившему тепловой удар. Как избежать теплового удара. Ожоги различной степени, первая помощь при ожогах, что такое отморожение, как избежать отморожений в сильный мороз, меры предосторожности. Переломы, вывихи, растяжение связок, разрыв связок, шины, способы наложения шин, как остановить кровоизлияние и кровотечение из носа. Игры.

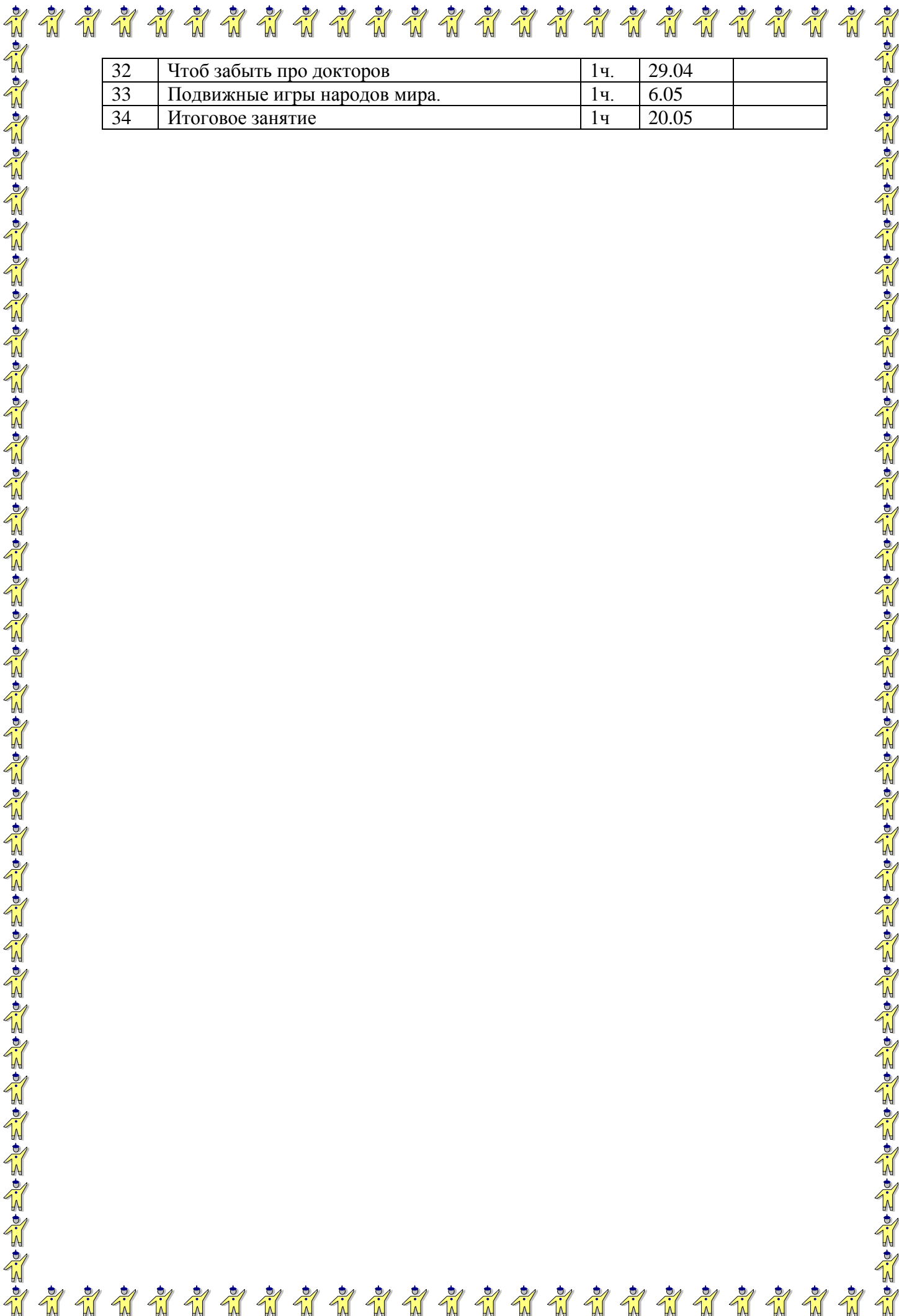
ФОРМЫ РАБОТЫ:

- ✓ Экскурсии
- ✓ Игры
- ✓ Практические занятия
- ✓ Воспитательное мероприятие
- ✓ Викторины

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 класс. (34 часа)

№ п/п	Название темы	Кол. ч.	Дата	
			план	факт
Мир вокруг нас и я в нем (17 ч)				
1	Введение «Вот мы и в школе».	1ч.	4.09	
2	Личная гигиена.	1ч.	11.09	
3	Учусь держать себя « в руках».	1ч.	18.09	
4	Вредные привычки человека. Алкоголь.	1ч.	25.09	
5	Работа над осанкой.	1ч.	2.10	
6	Чего не надо бояться.	1ч.	9.10	
7	Питание и здоровье.		16.10	
8	Вредные микробы	1ч.	23.10	
9	Отношения с родителями.	1ч.	6.11	
10	Моё здоровье в моих руках	1ч.	13.11	
11	Вредные привычки. Курить – здоровью вредить.	1ч.	20.11	
12	Труд и здоровье	1ч.	27.11	
13	Как вести себя с незнакомыми людьми.	1ч.	4.12	
14	Поведение за столом.	1ч.	11.12	
15	Правильные привычки	1ч.	18.12	
16	« Нехорошие слова», недобрые шутки.	1ч.	25.12	
17	Итоговое занятие.	1ч.	8.01	
В гостях у Компьютошки (5ч)				
18	Как себя вести при работе с компьютером, чтобы не было беды.	1ч	15.01	
19	Освещённость на рабочем месте.	1ч.	22.01	
20	Как сохранить глаз зорким.	1ч.	29.01	
21	Разучивание упражнений, снимающих напряжение при работе с компьютером.	1ч.	5.02	
22	Итоговое занятие.	1ч.	12.02	
Охрана жизни человека (10ч)				
23	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1ч.	19.02	
24	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	1ч	26.02	
25	«Моё здоровье в моих руках»	1ч	4.03	
26	Мой внешний вид –залог здоровья	1ч	11.04	
27	«Бесценный дар- зрение».	1ч	18.03	
28	Гигиена правильной осанки	1ч.	1.04	
29	Первая помощь при отравлении.	1ч.	8.04	
30	Первая помощь при тепловых ударах, при ожогах и обморожении.	1ч.	15.04	
31	Первая помощь при переломах, вывихах, растяжении связок.	1ч	22.04	



32	Чтоб забыть про докторов	1ч.	29.04	
33	Подвижные игры народов мира.	1ч.	6.05	
34	Итоговое занятие	1ч	20.05	