

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Школа Здоровья»

Возраст обучающихся: 7-8 лет
Срок реализации: 1 год
Учитель: Ядрихинская Г.И.

г. Коряжма
2025 г.

Раздел 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- установка на здоровый образ жизни;
- 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.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий при выполнении простейших упражнений для укрепления здоровья;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией;
- уметь работать по предложенному учителем плану;
- осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;
- овладеть навыками самостоятельной организации безопасной деятельности;
- уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса, группы.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую;
- составлять рассказы на основе простейших моделей предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
- делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.

Коммуникативные УУД:

- выполнять правила общения с людьми;
- жить с друзьями в мире и согласии;
- выполнять свои обязанности в семье; заботиться о здоровье своей семьи;
- применять советы в жизни; применять правила поведения в разных жизненных ситуациях;
- умение донести свою позицию до других;
- слушать и понимать речь других;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика), советы;
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Самопознание(10ч)

Части тела, их функциональное предназначение. Внутренние органы; предназначение. Рост и развитие человека. Периодизация развития. Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам.

Правила межличностного общения: предупредительность, представление себя, приглашение, отказ от нежелательного общения.

Дружба(4ч)

Взаимовлияние людей, способы конструктивного решения конфликтных ситуаций. Поведение на улице и в общественных местах Правила поведения с незнакомыми людьми.

Родственные связи – семья(2ч)

Правила семейного общения. Права ребёнка в семье. Правила групповой деятельности.

Гигиена тела(12ч)

Кожа и её придатки (ногти, волосы). Функциональное предназначение. Уход за кожей, волосами и ногтями. Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями.

Профилактика инфекционных заболеваний(8ч)

Микромир: микробы, простейшие, грибки, вирусы. Взаимодействие человека с микромиром. «Хорошие» и «Плохие» микробы. Представление об инфекционных заболеваниях. Способы «пассивной» защиты от болезни: мытьё рук, ношение маски, одноразовые шприцы и т.д.- Представление об активной защите - иммунитете.

Бытовой и уличный травматизм(8ч)

Опасные факторы современного жилища, школы игровой площадки. Ожоги. Опасность при пользовании пиротехническими средствами. Электротравма. Опасность при игре с острыми предметами. Падение с высоты. Опасность открытого окна. Катание на перилах, прыжков с крыш, гаражей и т.д., элементарные правила безопасности при катании на велосипеде. Правила пользования роликами, экипировка. Опасность, которая подстерегает роллера на улице. Оказание первой помощи при простых травмах(ссадинах, царапинах, поверхностных ранах). Укусы зверей, змей, насекомых.

Промежуточная аттестация. Тест. Урок-праздник: «В путь дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйтесь!»

Формы проведения занятий: игра, сказка, викторина, беседа, праздник, интервью, игра-соревнование.

Раздел 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тематика занятий
	Самопознание – 10ч
1-2	Как здоровье? Сказка: «Как организм помогает себе».
3-4	Здоровый образ жизни. Игра «Вставь словечко». Интервью: «Расти здоровым».
5-6	Части тела.
7-8	Правила межличностного общения.
9-10	Внутренние органы.
	Дружба – 4ч
11-12	Викторина: «Воспитай себя».
13-14	Правила поведения с незнакомыми людьми. Поведение на улице и в общественных местах.
	Родственные связи – семья – 2ч
15-16	Правила семейного общения. Права ребёнка в семье.
	Гигиена тела – 2ч
17-18	Кожа. Выбор одежды и обуви.
	Профилактика инфекционных заболеваний – 8ч
19-20	Причины болезни. Признаки болезни. Игра-соревнование «Кто больше знает?»
21-22	Какие врачи нас лечат. Инфекционные болезни. Прививки от болезней. Игра «Полезно-вредно»
23-24	Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка. Игра «Светофор здоровья».
25-26	Отравление лекарствами.
	Бытовой и уличный травматизм - 8ч
27-28	Пищевые отравления.
29-30	Если солнечно и жарко. Как помочь себе при тепловом ударе. Если на улице дождь и гроза. Как вести себя на улице. Укусы насекомых. Укусы змей.
31-32	Если на улице дождь и гроза. Как вести себя на улице.
33-34	Опасность в нашем доме. Вода – наш друг.