

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Займо-Обрывская средняя общеобразовательная школа
Азовского района**

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ Займо-Обрывской
СОШ Азовского района
Приказ от «26» августа 2020 г. № 10
_____ Т.А. Грийбсва
М.П.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Кружка

«Школа доктора Айболита» внеурочной деятельности
по социальному направлению
(указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)
Начальное общее образование, 2 класс
(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием
класса)

Количество часов 34 ч

Учитель **Скрипаленко Инна Владимировна**
(ФИО)

Программа разработана на основе
авторской программы «135 уроков здоровья, или школа докторов природы»
Л. А. Обуховой, Н.А.Лемяскиной, О. Е.Жиренко для 1-4 классов.

с. Займо-Обрыв

2020 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современном мире такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека приобретают особое значение. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Здоровье закладывается в детские годы. Известно, что начальный этап систематического обучения является наиболее ответственным периодом в жизни ребенка и во многом определяет как успешность дальнейшего обучения, так и состояние здоровья. Поэтому проблема сохранения здоровья детей и привития навыков здорового образа жизни сегодня как никогда важна. Состояние здоровья детей – это показатель здоровья нации, одна из характеристик социально – экономического, духовно – нравственного, научного и культурного развития общества.

Здоровьесберегающие технологии объединяют в себе все направления деятельности образовательного учреждения по формированию, сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Неконтролируемый поток рекламы (чипсов, газированных напитков, жевательных резинок, всевозможных конфет, полуфабрикатов) формирует неправильный стереотип питания у детей. Семейные традиции зачастую дают неправильное представление о питании, и в детском меню преобладают углеводы, липиды в больших количествах. А овощи, фрукты, морепродукты в малых, что приводит к неправильному питанию. Дети вырастают в таких семьях с неправильным отношением к своему здоровью.

Актуальность: состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов и наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается, поэтому важно в школе прививать сознательное отношение к своему здоровью. В связи с этим организован кружок «Школа доктора Айболита».

Цель данного курса: 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.

Реализация данной деятельности предполагает решение следующих **образовательных и воспитательных задач:**

- формирование и развитие представления детей о здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;

- информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем;
- развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей и подростков.

Кружок построен на основе следующих **принципов**:

- доступности (учет возрастных и индивидуальных особенностей познавательной деятельности детей младшего школьного возраста);
- наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- научности (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- демократичности (взаимодействие педагога и ученика в социуме);
- актуализации знаний и умений (учебные ситуации предлагаются с точки зрения потребностей младших школьников);
- деятельностной основы процесса обучения (мотивация и удовлетворение потребности детей данного возраста в игре и эмоционально-наглядной опоре).

Новизна выбранной темы состоит в создании целостной практической системы воспитания здорового образа жизни обучающихся начальной школы для глубоко понимания и целостного обобщения.

МЕСТО КУРСА В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Программа кружка «Школа доктора Айболита» по социальному направлению предназначена для учащихся 2 класса и составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся. Рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 2 класс — 34 часа в год.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Кружок «Школа доктора Айболита» формирует у детей основные представления и навыки здорового образа жизни, связанных с соблюдением режима, правил гигиены, умением выбирать полезные продукты и блюда.

Преимущество курса заключается в том, что его материал носит практико-ориентированный характер, актуален для детей. Всё, что они узнают и чему учатся на занятиях, могут применить на практике уже сегодня.

Кружок «Школа доктора Айболита» предполагает активное участие и максимальное вовлечение детей начальных классов в поисковую работу и решение вопросов по здоровому образу жизни.

Курс носит интерактивный характер, стимулирующий непосредственное участие школьников в процессе обучения, пробуждающий интерес и желание соблюдать правила ЗОЖ. Для организации процесса обучения используются различные типы игр (ролевые, ситуационные), создание проектов, проведение мини-тренингов, дискуссий. Большое значение уделяется самостоятельной творческой деятельности школьников (поиску новой информации, подготовке заданий).

Одно из важнейших условий эффективного проведения данной деятельности — это просветительская работа с родителями. Поэтому часть заданий ориентирована на совместную деятельность детей и взрослых. Родители также участвуют в подготовке и проведении различных мероприятий — праздников, конкурсов, викторин.

Формы работы:

- Групповая работа. Работа в парах (сюжетно-ролевые игры, игры с правилами, образно-ролевые игры, дискуссии).
- Фронтальная работа – это работа со всеми обучающимися. Учитель предлагает беседу, рассказ, историю, чтение статей, информационный материал. Такая форма работы требует устойчивого внимания и заинтересованность учащихся.
- Индивидуальная работа – большое значение имеет для обработки практических навыков и умений, ответы на вопросы анкеты, проблемные задания, выполнение санитарно-гигиенических требований.

Методы:

- Репродуктивный – (беседа, вопросы, тесты, анкетирование).
- Проблемный
- Частично-поисковый – (творческие задания: Режим для моей семьи. Любимые блюда мамы. Чем тебя накормит лес).
- Объяснительно-иллюстративный

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КУРСА

Личностные результаты формирования здорового образа жизни:

- формирование позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре;

- установка на здоровый образ жизни: формирование желания быть здоровым душой и телом; стремиться сохранить своё здоровье, применяя знания и умения.
- приобретение навыков самосовершенствования при получении знаний о том, от чего зависит наше здоровье;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками 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 результаты:

- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма;

- освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;
- освоение доступных способов изучения объектов природы и общества, а именно: наблюдение, измерение, опыт, сравнение, классификация.

В результате изучения программы «Школа доктора Айболита»

Выпускник научится:

- различать полезные и вредные для здоровья поступки; привычки, укрепляющие здоровье;
- познавать самого себя и свои возможности; черты характера людей; причины неуверенности в себе; интересные и безопасные способы времяпрепровождения; качества, достойные уважения; качества важные для дружбы;
- рассуждать о вредном влиянии табака, алкоголя и наркотиков на здоровье и последствия их употребления.

Выпускник получит возможность научиться:

- принимать решения в опасных ситуациях;
- избегать неприятных чувств;
- оценивать себя;
- неагрессивно отстаивать свои позиции;
- проявлять доброту, милосердие;
- говорить «нет» в опасных ситуациях;
- критически относиться к употреблению табака, алкоголя, наркотиков.

II. СОДЕРЖАНИЕ КРУЖКОВОЙ РАБОТЫ **«Школа доктора Айболита»**

Профилактика заболеваний у младших школьников (10ч)

Почему мы бодем. Отрывок из книги А. Лаптева «Тайна пирамиды здоровья». Причины болезни. Повторение мудрых слов докторов Здоровья. *Признаки болезни.* Стихотворение С. Михалкова «Грипп». Игра-соревнование «Кто больше знает?». Как помочь больному при ознобе, при высокой температуре. Беседа о профилактике болезней. *Как здоровье?* Игра-соревнование «Кто больше знает?» (признаки, характеризующие здорового человека). Помоги себе сам. Тест «Твое здоровье».

Как организм помогает сам себе. Повторение причин болезней. Режим дня. Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?». Составление памятки «Как правильно готовить уроки».

Здоровый образ жизни. Беседа по теме. Анализ ситуации на примере стихотворения С. Михалкова «Разве что-то есть на свете...»

Какие врачи нас лечат. Знакомство с врачами, которые нас лечат (педиатр, стоматолог, окулист, отоларинголог, хирург). Стихотворение Э. Успенского «Всем известный математик». Анализ ситуации по отрывку из книги А. Раскина «Как папа был маленьким».

Инфекционные болезни. Что такое инфекция, иммунитет. Какие болезни называются инфекционными. Стихотворение С. Михалкова «Поднялась температура».

Прививки от болезней. Беседа по теме. Стихотворение С. Михалкова «Прививка». Для чего делают прививки? Игра «Полезно-вредно».

Какие лекарства мы выбираем. Игра «Кто больше знает?» (назови известные тебе лекарства). Что такое аллергия, антибиотики. Стихотворение С. Михалкова «Объявление у дверей: «Вход для птиц и зверей...»».

Домашняя аптечка. Игра «Светофор здоровья». Стихотворение С. Михалкова «Для больного человека...». Аптека дома: Какие лекарства хранятся в домашней аптечке? Как они хранятся? Зачем и как следить за состоянием аптечки? Правила пользования домашней аптечкой.

Человек и его здоровье (20ч)

Отравление лекарствами. Повторение правил здорового образа жизни. Признаки лекарственного отравления. Что необходимо предпринять при признаках отравления лекарственным средством. Практическая работа «Как измерить частоту пульса?».

Пищевые отравления. Беседа о том, как правильно хранить и готовить пищу. Игра-соревнование «Кто лучше знает?» (по теме). Признаки пищевого отравления. Что нужно предпринять при первых признаках пищевого отравления.

Если солнечно и жарко. Беседа по теме: Как долго можно находиться на солнце? В какие часы солнце наиболее активно? Какая одежда спасет нас от теплового и солнечного удара, от солнечного ожога. Признаки солнечного ожога. Первая помощь при солнечном ожоге. Стихотворение С. Михалкова «Забыла Таня про обед...».

Если на улице дождь и гроза. Загадки А. Кочергиной о временах года, о явлениях природы в ненастную погоду. Отрывок из стихотворения Ф. Тютчева «Люблю грозу в начале мая...», рассматривание картины К.Е. Маковского «Дети, бегущие от грозы». Правила поведения во время грозы. Что, если вы промокли, промочили ноги?

Опасность в нашем доме. Беседа об опасностях, подстерегающих нас дома. Стихотворение С. Михалкова «Мама приходит с работы». Правила безопасного поведения в доме. Игра-соревнование в загадках «Кто больше знает?» (о бытовых предметах, пользуясь которыми, можно получить травму)

Как вести себя на улице. Беседа по теме. Пешеходы хозяева на тротуарах, транспорт – на дороге. Правила перехода улицы в местах, где нет светофора. Правила поведения в транспорте. Отрывок из поэмы С. Михалкова «Дядя Степа – милиционер» — «Возле площади затор...»

Вода – наш друг. Вспоминаем правила поведения на воде, что необходимо помнить. Обсуждение стихотворения И. Емельянова «У моста стоит Авось...».

Чтобы огонь не причинил вреда. Чем опасен огонь? От чего может случиться пожар? Беседа по теме. Анализ ситуаций. Правила поведения при пожаре в доме.

Чем опасен электрический ток. Загадки о бытовых приборах. Что объединяет эти предметы? Беседа о том, при каких обстоятельствах может произойти электрический удар; предметы из каких материалов можно использовать, оказывая помощь человеку, находящемуся под действием электрического тока (изоляторы). Первая помощь пострадавшему.

Травмы. Различные виды травм. Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах. Заучивание слов.

Укусы насекомых. Беседа по теме, анализ ситуации. Отрывок из стихотворения С. Михалкова «Вдруг какой-то страшный зверь...». Признаки аллергии от укуса насекомого. Помоги себе сам: если укусила пчела (оса), если место укуса сильно чешется, если заметили присосавшегося к телу клеща.

Что мы знаем про собак и кошек. Разговор об укусах домашних и диких животных. Как обработать место укуса. Болезни, передающиеся от больных животных, через слюну больных животных. Отрывок из книги А. Раскина «Как папа был маленьким». Правила общения с животными.

Отравление ядовитыми веществами. Игра-соревнование «Кто больше знает?» (какие вещества, используемые в быту, нельзя пробовать на вкус). Что такое дезинфекция, дезодорант. Признаки отравления ядовитыми веществами, помощь при отравлениях.

Отравление угарным газом. Что такое угарный газ, когда он выделяется. Признаки отравления угарным газом, помощь при отравлении.

Как помочь себе при тепловом ударе. Признаки теплового удара. Помощь при тепловом ударе.

Как уберечься от мороза. Отрывок из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения (общее обморожение, местное обморожение), помощь при обморожениях.

Растяжение связок и вывих костей. Какие бывают травмы? (повторение). Признаки растяжения связок и вывиха костей, первая помощь. Практическая работа (в парах или группах) «Подготовка и наложение холодного компресса».

Переломы. Переломы открытые и закрытые. Первая помощи при открытом переломе, первая помощь при закрытом переломе. Практическая работа (в парах или группах) «Наложение шины».

Если ты ушибся или порезался. Что мы чувствуем при ушибе, как выглядит место ушиба, что делать, если ушиблись. Анализ стихотворения С. Михалкова «Таня пальчик наколола...». Как обработать рану, место ушиба. Практическая работа (в парах или группах) «Как правильно забинтовать рану».

Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело. Если соринка попала в глаз. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо. Совместное разгадывание кроссворда «Органы».

Укусы змей. Рассказ учителя о змеях. Признаки укуса змеи. Первая помощи при укусе змеи. Совместное разгадывание кроссворда «Скелет».

Расту здоровым. Рассказ учителя о неизлечимых болезнях, работе ученых-медиков. Рассказ Сухомлинского «Хорошо, что солнышко светит».

Воспитаю себя. Беседа «Что значит воспитывать себя?». Рассказ Е. Пермяка «Самое страшное». Тест «Оцени себя сам». Анализ отрывка из рассказа В. Осеевой «Кто наказал?»

Я выбираю движение (4 ч)

Подвижные игры на воздухе. Имитация движений животных.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА

№	Тема занятия	Количество часов
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	Отравление лекарствами	1
12	Пищевые отравления	1
13	Если солнечно и жарко	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	Отравление ядовитыми веществами	1
25	Отравление угарным газом	1
26	Как помочь себе при тепловом ударе	1
27	Растяжение связок и вывих костей	1
28	Переломы	1
29	Если ты ушибся или порезался	1
30	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	1
31	Укус змеи	1
32	Расти здоровым	1
33	Воспитай себя	1
34	Я выбираю движение	1

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

Первый уровень результатов – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно *становится* (а не просто *узнает о том, как стать*) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде. Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постепенным, что должно учитываться при организации воспитания и социализации младших школьников.

