

МОУ «Липицкая средняя общеобразовательная школа»

«СОГЛАСОВАНО»
Школьное методическое
объединение
Протокол №1
от 29.08 2017г

«СОГЛАСОВАНО»
Заместитель директора
по УВР в начальной школе
Г.А.Юдина
от 30.08 2017г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**курса внеурочной деятельности
«Экология здоровья»
для 1 класса**

на 2017-2018 учебный год

С. Липицы
2017г

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности
«Экология здоровья» _ШР_1кл
Пояснительная записка.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Экология здоровья» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 г. № 373), Программа по которой составляли РПС, рекомендована Министерством образования и науки РФ, а также Основной образовательной программы начального общего образования МОУ «Липицкая СОШ»

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Экология здоровья» ориентирована на учащихся 1-ых классов. Тематическое планирование рассчитано на 1 час в неделю, что составляет 33 часа в год.

В плане внеурочной деятельности курс внеурочной деятельности «Экология здоровья» представлен в спортивно-оздоровительном направлении. Назначение курса в начальной школе состоит в том, чтобы обеспечить формирование и развитие у них социальных навыков и навыков здорового образа жизни.

Изучение курса внеурочной деятельности «Экология здоровья» в начальной школе направлено на достижение следующих целей:

- 1) формирование знаний о здоровом образе жизни, здоровом поведении
- 2) обеспечение защиты прав здоровья и жизни детей в рамках безопасного образовательного процесса;
- 3) формирование мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового и безопасного образа жизни.

Для достижения поставленных целей в 1 классе необходимо решение следующих задач:

- 1) развивать знания о здоровом образе жизни;
- 2) развивать основные психические процессы; психическое и эмоционально – нравственное здоровье детей;
- 3) привить учащимся начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизни;
- 4) сформировать у детей научно обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности.

Нижеуказанные пособия позволяют организовать методическое обеспечение курса внеурочной деятельности «Экология здоровья» в 1 классе:

1. Игровой модульный курс по ПДД или школьник вышел на улицу – В.И. Ковалько. Издательство Вако 2004г.
2. Обучение правилам дорожного движения – пособие для учителя, В.Я.Сюньков. Издательство «Просвещение», 2007г
3. Газета «Добрая дорога детства»
4. Дорога без опасности, или учителю на заметку - СПб, 2010г.
5. Правила дорожного движения
6. Один дома, или Техника детской безопасности – Ю. Давыдова, Издательство «Феникс»
7. Школа безопасности – А.А.Усачёв, Издательство АСТ, 2010 г.

Результаты освоения курса.

При изучении данных тем дети узнают, как правильно умываться, ухаживать за зубами, руками, ногами, почему надо правильно питаться, не соблюдение правил может привести к различным заболеваниям. Познакомятся с режимом дня, простейшими правилами оказания первой помощи.

Программа предусматривает групповую и коллективную работу учащихся, совместную деятельность учащихся и родителей, закрепление получаемых знаний во время практических занятий и мероприятий по безопасности дорожного движения и по формированию здорового образа жизни.

Основными направлениями работы с учащимися 1 класса следует считать воспитание на героических, трудовых традициях в духе гуманного отношения к людям, углубленное изучение Правил дорожного движения, овладение методами предупреждения детского дорожно - транспортного травматизма и навыками оказания первой помощи пострадавшим, пропаганда Правил дорожного движения и здорового образа жизни в школе с использованием технических средств, знакомство с правилами для юных велосипедистов, с режимом дня школьника, системой правильного питания, дыхания, воспитание коллективизма, дисциплинированности, ответственности за свои поступки.

Обучение школьников культуре поведения на улице тесно связано с развитием у детей ориентировки в пространстве. Кроме того, каждый педагог должен помнить, что нельзя воспитывать дисциплинированного пешехода, если с детства не прививать такие важные качества, как внимание, собранность, ответственность, осторожность, уверенность. Ведь часто именно отсутствие этих качеств становится причиной дорожных происшествий.

На занятиях используются нетрадиционные формы: КВН, игры – путешествия и другие, особенно эффективны видео – уроки, проходят конкурсы рисунков, плакатов.

Одним из важных направлений работы следует считать формирование у родителей обучающихся

Обучаемые

Должны знать:

- правила перехода проезжей части дороги;
- виды городского транспорта;
- дорожные знаки для пешеходов;
- как пользоваться телевизором и компьютером;
- предупреждающие знаки и надписи.

Должны уметь:

- применять правила дорожного движения;
- проходить проезжую часть дороги в безопасном месте.

Личностные результаты:

- принятие образа «хороший пешеход, хороший пассажир»;
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- уважительное отношение к другим участникам дорожного движения;
- осознание ответственности человека за общее благополучие;
- этические чувства: доброжелательность, эмоционально – нравственная отзывчивость;
- положительная мотивация и познавательный интерес;
- способность к самооценке;
- начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях.

Метапредметные:

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;

- навыки осознанного и произвольного построения сообщений в устной форме, в том числе творческого характера;
- установление причинно – следственных связей.

Регулятивные:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителя, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что ещё надо усвоить;
- умение соотносить правильность выбора, планирование, выполнение и результат действий с требованиями конкретной задачи.

Познавательные УУД:

развитие любознательности, инициативы в учении и познавательной активности, умения ставить вопросы и находить ответы; планирование своих действий под руководством учителя;

приобщение к исследовательской и проектной работе;

умение делать выводы и обобщения.

Коммуникативные:

В процессе обучения дети учатся:

- работать в группе, учитывая мнения партнёров, отличные от собственных;
- ставить вопросы;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать свою помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

устойчивый интерес к безопасности и здоровью детей.

Содержание курса.

Отличительной особенностью данной программы следует считать непрерывность обучения младших школьников правильным действиям на улице и дороге в течение всего периода обучения в начальной школе; взаимодействие с социальной средой, учитывая возрастные и индивидуальные особенности учащихся.

С учётом познавательных возможностей школьника первый год обучения разделён на 2 раздела.

Раздел №1 « Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»

В данный раздел включены темы:

- « Безопасное поведение участников дорожного движения» - 6 часов.
- « Безопасное поведение на улице» - 4 часа.
- « Безопасное поведение дома» - 2 часа.
- « Пожарная безопасность» - 3 часа.
- « Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера» - 2 часа.

« Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» - 3 часа.

При изучении данных тем дети узнают об опасностях, которые подстерегают их на улицах, как избежать неприятностей на дороге, знакомятся со знаками дорожного движения, где должны усвоить правила поведения на улице, в общественном транспорте, знакомятся с чрезвычайными ситуациями природного и техногенного характера.

Раздел №2 « Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

В данный раздел включены темы:

« Наши друзья: вода и мыло » - 1 час

« Как правильно чистить зубы » - 1 час

« Уход за руками и ногами » -1 час

« Как правильно питаться » - 1 час

«Режим дня школьника» - 1 час

«Бережём наши глаза и уши» - 1 час

«Правила оказания первой медицинской помощи» - 2 часа

«Правильное дыхание» - 2 часа

«Закаливание» - 1 час

«Будьте здоровы» - 1 час

Резервное занятие – 1 час

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Сроки	Тема	Форма организации	Характеристика деятельности учителя	Характеристика деятельности учащегося	Формируемые умения
Раздел №1 «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»						
<u>Безопасное поведение участников дорожного движения</u>						
1		Твой путь в школу	Беседа, игра	Знакомлю с ПДД, дорожными знаками, понятиями: перекрёсток, переход, остановка	Рассказывают о том, как выбрать правильный и безопасный путь в школу, разыгрывают сценки, формулируют основные правила дорожного движения.	Применять правила грамотных пешеходов, быть культурным и вежливым на улице.
2		Правила перехода проезжей части дороги	Практическое занятие	Провожу тренировочные упражнения. Игра «Перейди улицу»	Рассказывают о том, как правильно переходить проезжую часть дороги, разыгрывают ситуацию	Изучать основы безопасного поведения
3		Предупреждающие знаки и надписи	Практическое занятие,	Рассказываю о том, как при помощи дорожных знаков правильно ориентироваться в сложной обстановке дорожного движения.	Рассказывают о том, на какие группы делятся дорожные знаки, какую форму и цвет они имеют, что они обозначают и зачем они нужны.	Ориентироваться на дороге, понимать значение предупреждающих знаков и надписей
4		Виды и сигналы светофоров	Практическое занятие	Знакомлю с функциями светофора	Разыгрывают сценки, рассказывают об истории светофора	Уметь пользоваться светофором, быть внимательным
5		Разметка и дорожные знаки для пешеходов	Беседа, игра	Рассказываю об истории дорожных знаков, загадываю загадки	Разыгрывают ситуацию: узнай знак, рассказывают о том, какие дорожные знаки им встречаются на пути	Различать дорожные знаки, знать для чего они предназначены

6		Виды и характеристика городского транспорта	Беседа, игра	Знакомлю с видами городского транспорта, с правилами этичного и безопасного поведения	Рассказывают о том, какой вид транспорта преобладает в их местности	Правильно характеризовать виды городского транспорта
---	--	---	--------------	---	---	--

Безопасное поведение на улице

7	Понятие опасности	Беседа, игра	Рассказываю об опасностях, которые могут подстергать детей.	Рассказывают о том, как поступить, если ты оказался в какой – либо опасности.	Правильно выбирать решение, анализировать ситуацию
8	Где опасно играть?	Игра - тренинг	Обсудить с детьми различные опасные ситуации, которые могут возникнуть при играх во дворе дома, на проезжей части дороги	Рассказывают о необходимых мерах предосторожности	Анализировать ситуацию: быть аккуратным и внимательным
9	Если потерялся	Игра, беседа	Знакомлю с правилами личной безопасности на улице, провожу игру « Если потерялся...»	Объясняют ситуацию, если ты потерял родителей, рассказывают правила личной безопасности на улице.	Давать оценку поступкам и поведению, соблюдать правила
10	Разговор с незнакомцем	Игра, беседа	Объяснить детям, что приятная внешность незнакомого человека не всегда означает его добрые намерения.	Обсуждают типичные опасные ситуации возможных контактов с незнакомыми людьми на улице.	Дают оценку поступку и поведению как своему, так и одноклассников.

Безопасное поведение в доме

11	Опасные предметы в доме и безопасное обращение с этими предметами	Беседа	Расширить представления детей о предметах, которые могут служить источниками опасности. Научить обращаться с этими предметами	Рассказывают о том, что нельзя самим открывать окна и выглядывать из них, выходить на балкон и играть там, использовать опасные предметы без разрешения взрослых. Делают вывод о последствиях неосторожного обращения с опасными предметами.	Анализировать свои поступки, адекватно реагировать на критику и советы. Давать оценку поступкам и поведению
----	---	--------	---	--	---

12	Безопасное пользование телевизором и компьютером	Беседа, тестирование	Рассказать о пользе и вреде телевизора и компьютера, дать необходимые рекомендации и советы детям, родителям	Составляют памятку, рассказывают о том, как правильно пользоваться телевизором и компьютером, чтобы не навредить своему здоровью.	Правильно и безопасно пользоваться приборами: телевизором, компьютером.
----	--	----------------------	--	---	---

Пожарная безопасность

13	Огонь – друг и враг человека	Беседа	Объяснить, в каких ситуациях огонь может быть не только врагом, но и другом человека. Рассказать о том, что может случиться, если неосторожно обращаться с огнём.	Рассказывают о том, что несчастные случаи чаще всего происходят из – за необдуманного поступка, незнания, любопытства.	Контролировать своё поведение, оказывать бескорыстную помощь.
14	Горючие и негорючие предметы	Беседа	Помочь детям хорошо запомнить горючие и негорючие предметы, которыми нельзя самостоятельно пользоваться.	Рассказывают об опасных ситуациях, о том, как надо правильно поступать. Самостоятельно делают вывод о последствиях неосторожного обращения с такими предметами.	Контролировать своё поведение, быть внимательным и послушным.
15	Причины возникновения пожаров	Беседа	Рассказать о причинах возникновения пожара, познакомить с номером телефона «01», по которому надо звонить в случае пожара.	Читают произведения «Кошкин дом» С.Маршака, «Пожар»- Л.Толстого, «Пожар в море» - Б.Житкова, рассуждают и дают советы, как следует вести себя при пожаре.	Знать алгоритм поведения при возникновении пожара.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

16	Виды и характеристика возможных опасных природных явлений,	Беседа	Рассказываю об опасных природных явлениях, характерных для места проживания	Дают характеристику природным явлениям, рассказывают о действиях, которые	Знать как вести себя во время опасных природных явлениях, проявлять
----	--	--------	---	---	---

	характерных для места проживания.			бы они выполняли.	внимание и заботу.
17	Домашние животные и особенности обращения с ними	беседа	Объясняю детям, что контакты с животными иногда могут быть опасны.	Рассказывают о том, что животных надо не только любить, но и правильно обращаться с ними, знать их повадки, не забывать об осторожности.	Находить примеры доброго отношения к животным.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

18	Действия в условиях угрозы совершения террористических актов и меры по их предотвращению.	Беседа, памятка	Рассказать о действиях, которые должны выполнять дети в случае террористических актов, составить памятку о мерах по их предотвращению.	Рассказывают о том, как спокойно, без паники надо действовать в условиях угрозы совершения террористических актов, какие меры необходимо применять, чтобы их не случилось.	Проявлять внимание, осторожность и действовать согласно инструкции .
19	Действия при совершении террористических актов и других ЧС	Беседа	Рассказать о том, какие действия надо выполнять при совершении террористических актов.	Используют знания, приобретённые на прошлом занятии, последовательно располагают на стенде картинки	Проявлять чувства взаимопомощи, согласованности, четких действий.
20	Порядок эвакуации при совершении террористического акта и в других ЧС	Практическое занятие, беседа	Знакомлю с понятием «эвакуация», как правильно действовать при эвакуации	Показывают действия, применяемые при эвакуации	Приобретают навыки, как правильно вести себя в данной ситуации

Раздел №2 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

21	Наши друзья – вода и мыло	Беседа, игра	Рассказываю о том, как надо заботиться о своём здоровье. Объяснить детям, что правила личной гигиены выступают не как требования взрослых, а как правила самого себя.	Рассказывают о правилах личной гигиены, объясняют необходимость бережного отношения к своему телу, ухода за ним.	Приобретают гигиенические навыки
22	Как правильно чистить зубы	Беседа, игра	Дать понятие о значении и необходимости	Раскладывают картинки о последовательности	Приобретают гигиенические навыки ухода за

			гигиенических процедур. Объяснить, для чего надо чистить зубы, рассказать о мельчайших микро организмах –микробах	правильного ухода за зубами, делают вывод: почему важно своевременно обращаться к врачу.	зубами
23	Уход за руками и ногами	Беседа, составление памятки	Провести беседу о том, как надо правильно ухаживать за руками и ногами. Заучить слова « От простой воды и мыла у микробов тает сила». Показать, какое множество бактерий « живёт» на руках.	Повторяют материал прошлого занятия, участвуют в беседе о чистоте рук и ног, заучивают мудрые слова, рисуют рисунки.	Приобретают гигиенические навыки ухода за руками и ногами.
24	Как правильно питаться	Игра, анкетирование	Рассказываю о полезных продуктах и их значении для здоровья человека, провожу тестирование.	Рассказывают о том, как витамины влияют на организм человека, читают стихи Л.Зильберга, заполняют анкету, как правильно питаться.	Усвоить и применять правила « Как правильно питаться»
25	Режим дня школьника	Беседа. Игра	Рассказываю о режиме дня, основных режимных моментах, о важности соблюдения режима	Рассказывают о режиме дня, о том как его соблюдение (несоблюдение) влияет на организм человека	Усвоить и соблюдать режим дня
26	Бережём наши глаза и уши	Беседа. Игра	Знакомлю детей с органами зрения и слуха, их значением для человека, рассказываю о правилах ухода за ушами и глазами, разучиваю с детьми гимнастику для глаз	Рассказывают о значении органов слуха и зрения, соблюдают правила ухода за ушами и глазами	Соблюдать правила ухода за ушами и глазами, выполнять гимнастику для глаз

27 – 28	Правила оказания первой медицинской помощи	Беседа. Игра. Практическая работа.	Знакомлю детей с понятием «первая медицинская помощь», обучаю на практике оказанию первой помощи при порезах, ушибах, ссадинах	В игровой форме учатся оказывать первую помощь «пострадавшим», пользоваться йодом, лейкопластырем	научатся правилам оказания первой помощи при порезах, ушибах.
29	Правильное дыхание	Беседа. Игра.	провожу беседу о правильном носовом дыхании, предлагаю мудрые слова «Чтоб здоровье улучшать, на до носиком дышать», знакомлю с «дыхательным настроем	заучивают мудрые, знакомятся с дыхательным настроем, осознают важность правильно дыхания	Приобретают навыки правильного носового дыхания
30	Развиваем дыхание	Беседа. Игра Практическая работа.	Повторить материал прошлого занятия, провести беседу о том, почему полезно дышать носом, показываю и осваиваю с детьми способы дыхательной гимнастики	Повторяют материал прошлого занятия, участвуют в беседе о правильном носовом дыхании, осваивают способы дыхательной гимнастики	Приобретают навыки правильного носового дыхания
31	Закаливание	Беседа. Игра	Повторить материал прошлого занятия, провести беседу о правильном закаливании «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!».	Повторяют материал прошлого занятия, участвуют в беседе о правильном закаливании	Приобретают гигиенические навыки ухода за своим телом, навыки закаливания.
32	Будьте здоровы!	Беседа. Игра	систематизировать знания детей о здоровье человека, нацелить на применение полученных знаний и умений	Повторяют материал прошлого занятия, участвуют в беседе	Слушать задания учителя и выполнять их в соответствии с требованиями учителя; умение с пользой для здоровья проводить свой досуг

33	Резерв				
----	--------	--	--	--	--

Материально-техническое обеспечение.

Литература

1. Игровой модульный курс по ПДД или школьник вышел на улицу – В.И. Ковалько. Издательство Вако 2004г.
2. Обучение правилам дорожного движения – пособие для учителя, В.Я.Сюньков. Издательство « Просвещение», 2007г
3. Газета« Добрая дорога детства»
4. Дорога без опасности, или учителю на заметку - СПб, 2010г.
5. Правила дорожного движения
6. Школа безопасности – А.А.Усачёв, Издательство АСТ, 2010 г.
7. Один дома, или Техника детской безопасности – Ю. Давыдова, Издательство «Феникс», 2003

Технические средства

1. Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц, картинок;
2. персональный ноутбук