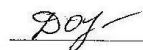


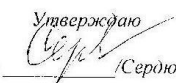
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РЕСПУБЛИКИ ХАКАСИЯ
«БОГРАДСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»

Рассмотрено на заседании МО



Согласовано с заместителем
директора по УВР

 /Домничева Т.А./

Утверждаю
Директор  /Сердюкова Г.В./

Рабочая программа
по учебному курсу «Здоровьеведение»
для 3 класса

Учитель:
Зайченко Валентина Васильевна.

Боград

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному курсу «Здоровьеведение» в общеобразовательном третьем классе разработана на основе:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ (с изменениями и дополнениями, действующая редакция 2016);

2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009г. № 373);

3. Основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ РХ «Боградская санаторная школа – интернат» (утв. приказом директора № 83 -1 от 25.06.2015г.);

4. учебной программы «Здоровьеведение»(УМК Школа России)-авторы: Лушников В.И., Лушников В.В.

Программа может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа разработана на основе авторской программы «Полезные привычки». Авторы: Лушников В.И., Лушников В.В. Рекомендовано Ученым советом Хакасского республиканского ИПК и ПРО.

Курс «Полезные привычки» направлен на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников, в основу, которого положены культурологический и личностноориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования и спроектирована с учётом нивелирования вышеперечисленных школьных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья младших школьников.

Цели курса:

- **овладение** учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями;
- **формирование** здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению различных психоактивных веществ;
- **воспитание** активной жизненной позиции;
- **развитие** устной речи, мышления, умения рассуждать.

Основные задачи курса:

- учить детей лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними;
- учить детей эффективно общаться;
- учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения;
- предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний учащихся путем обсуждения проблем, связанных с различными психоактивными веществами;
- помочь школе и родителям в предупреждении приобщения учащихся начальной школы к табаку и алкоголю.

Место курса в учебном плане

На изучение курса «Здоровьеведение» в каждом классе начальной школы отводится:

- **в 1 классе** - 1 ч в неделю (реализуется во время внеурочной деятельности, в соответствии с системой гигиенических требований, определяющих максимально допустимую нагрузку учащихся);
- **во 2 и 3 классе** – 1 ч в неделю (вариативная часть базисного учебного плана);
- **в 4 классе** - 0,5 ч в неделю.

В **3 классе** на изучение курса отводится **не более 34 ч.**, но **не менее 31ч.**, учитывая годовой учебный график и расписание уроков.

Результаты изучения курса

Программа обеспечивает достижение выпускниками начальной школы определенных личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- 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:

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).

Оздоровительные результаты программы:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 класс

Здравствуйте все. Взаимоотношения в коллективе. Настроение учащихся в данном коллективе. Права человека.

О добросовестном отношении к труду. Потребность в учении. Ценность образования. Знания и современное общество.

Мой характер. Положительный образ Я. Внешность и черты характера людей. Самоанализ и самооценка.

Учусь оценивать себя сам. Самооценка: заниженная, завышенная, адекватная. Как это помогает или мешает развитию.

Учусь взаимодействовать. Общение. Взаимодействия. Уважительное отношение к окружающим. Золотое правило жизни.

Учусь настаивать на своем. Учимся отстаивать свои интересы и позиции в неагрессивной форме. Общение. Вредные привычки.

Умей сказать: «Нет!» Принятие решений. Вредные привычки. Здоровый образ жизни. Поддержка и самоподдержка. Правила отказа от вредных привычек.

Я становлюсь увереннее. Уверенность в себе. Неуверенность и ее причины. Способы преодоления неуверенного поведения.

Когда на меня оказывают давление. Источники влияния и давления. Положительное и отрицательное влияние. Принятие решений.

Моя гражданская позиция. Отношение к труду, книге, людям. Уважение чужого труда. Бережное отношение к книге, окружающему миру.

Сила и здоровье. Ответственность за свое здоровье. Здоровый образ жизни. Вредные привычки. Наш выбор.

Чистота залог здоровья. Личная гигиена. Режим дня. Ответственность за свое здоровье.

Курение. Вредное влияние табачного дыма на организм. Последствия курения. Здоровый выбор.

Мифы о «пользе» алкоголя. Вред на организм алкоголя. Здоровый выбор.

Чтобы быть коллективом. Взаимоотношения в коллективе. Правила общения. Вежливое и уважительное отношение к окружающим.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| тема | кол-во часов |
|-------------------------------------|--------------|
| 3 класс | |
| Здравствуйте все. | 2 |
| О добросовестном отношении к труду. | 2 |
| Мой характер. | 2 |
| Учусь оценивать себя сам. | 2 |
| Учусь взаимодействовать. | 2 |
| Учусь настаивать на своем. | 2 |
| Умей сказать: «Нет!» | 2 |
| Я становлюсь увереннее. | 2 |
| Когда на меня оказывают давление. | 2 |
| Моя гражданская позиция. | 2 |
| Сила и здоровье. | 2 |
| Чистота залог здоровья. | 2 |
| Курение. | 2 |
| Пассивное курение. | 1 |
| Мифы о «пользе» алкоголя. | 2 |
| Чтобы быть коллективом. | 2 |
| Всего: | 31 |

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В ходе реализации программы обучающиеся должны **знать**:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

- основы рационального питания;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

| Дидактическое обеспечение | Методическое обеспечение |
|--|---|
| Полезные привычки: Пособие по развитию личности детей младшего школьного возраста на основе здорового стиля жизни. Материалы для учителей начальных классов / В.И. Лушников, В.В. Лушников. – Абакан: Книжное издательство КПРФ РХ «Семицветик», 2004. | Программа «Полезные привычки». Авторы: Лушников В.И., Лушников В.В. (Рекомендовано Ученым советом Хакасского республиканского ИПК и ПРО.2004г.) |