

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

**Рабочая программа
по Здоровьеведению
для 2-3 классов**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по здоровьееведению является составной частью Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ РХ «Богградская санаторная школа-интернат» и состоит из следующих разделов:

- планируемые результаты освоения учебного предмета;
- содержание учебного предмета;
- тематическое планирование.

Рабочая программа по учебному курсу «Здоровьееведение» разработана в соответствии с авторской программой Лушникова В.И., Лушникова В.В. Рекомендовано Ученым советом Хакасского республиканского ИПК и ПРО.2004г.

Программа предназначена для обучающихся 2-3 классов.

Общая характеристика учебного предмета

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников, в основу, которой 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.

Использование **меж предметных связей** на уроках здоровьееведения:

здоровьееведение – окружающий мир (экскурсии в природу; прогулки и уроки на свежем воздухе; роль природы для здоровья человека);
здоровьееведение – ИЗО (рисунки на тему о здоровье);
здоровьееведение – литературное чтение (чтение произведений и обсуждение их содержания; характеристика героев произведений);
здоровьееведение – русский язык (лексическое значение слов; правописание терминов).

Планируемые результаты обучения.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению 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.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению - 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).

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- 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 внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению 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.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся *развиваются группы качеств*: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Содержание программы. 2 класс

Как хорошо, что все мы сегодня собрались.

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

В гостях у Вежи.

Простые правила поведения в обществе: поведение за столом, в магазине, в транспорте.

Вот школа, дом, где мы живем.

Правила поведения в школе.

Вкусы и увлечения.

Положительный образ Я. Вкусы и увлечения учащихся. Здоровые увлечения.

Учусь находить новых друзей.

Положительный образ Я. Ищем среди одноклассников друзей по интересам. Чему можно научиться у одноклассников во благо нашему здоровью.

От чего зависит настроение.

Эмоции. Отношение к окружающим, основанное на доброжелательности и уважении другого человека.

О чем говорят выразительные движения.

Общение. Выразительные движения как невербальные средства общения: позы, жесты, мимика.

Учусь понимать людей.

Общение. Вербальные и невербальные средства общения.

Добрым жить на белом свете веселей.

Общение с людьми. Культура поведения. Поступки, приносящие пользу и радость окружающим.

Не стесняйтесь доброты своей.

Отношение к окружающим тебя людям, основанное на доброжелательности и уважении другого человека.

Опасные и безопасные ситуации.

Принятие решений. Опасные и безопасные ситуации.

Учусь принимать решения в опасных ситуациях.

Принятие решений. Разные варианты решений проблемных ситуаций и их последствия.

Реклама табака и алкоголя.

Информация. Цель рекламы и её приёмы.

Пассивное курение.

Понятие о пассивном курении. Его вред. Любой человек имеет право на чистый воздух.

Правда об алкоголе.

Информация. Действие алкоголя на организм. Различные эффекты алкоголя.

Подарок коллективу.

Взаимоотношения в коллективе. Нравственные нормы поведения. Положительное отношение к другим.

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.

Учебно-тематический план.

тема	кол-во часов
<u>I полугодие</u>	<u>17</u>
Как хорошо, что все мы сегодня собрались.	2
В гостях у Вежи.	2
Вот школа, дом, где мы живем.	3
Вкусы и увлечения.	2
Учусь находить новых друзей.	2
От чего зависит настроение.	2
О чем говорят выразительные движения.	2
Учусь понимать людей.	2
<u>II полугодие</u>	<u>17</u>
Добрым жить на белом свете веселей.	1

Не стесняйтесь доброты своей.	3
Опасные и безопасные ситуации.	2
Учусь принимать решения в опасных ситуациях.	2
Реклама табака и алкоголя.	3
Пассивное курение.	2
Правда об алкоголе.	2
Подарок коллективу.	2
Всего:	34

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.	4
Курение.	2
Пассивное курение.	2
Мифы о «пользе» алкоголя.	2
Чтобы быть коллективом.	2
Всего:	34