

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 606
с углубленным изучением английского языка Пушкинского района
Санкт-Петербурга имени Героя Российской Федерации К.Ю.Сомова

Принята
Решением Педагогического Совета
Образовательного учреждения
Протокол от 16 мая 2023г. № 211

Принята
Директор _____ Шмулевич М.М.
№ 49 от 17 мая 2023г.

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАМКАХ ФГОС

«Школа доктора Здоровье»

(1 – 2 класс)

*Составитель:
Седых Л.И.*

Санкт-Петербург
2023- 2024 г.

I. Пояснительная записка

Здоровье человека — тема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением общего среднего образования.

По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Исследования ИВФ РАО позволяют проранжировать **школьные факторы риска** по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся:

- стрессовая педагогическая тактика;
- несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- провалы в существующей системе физического воспитания;
- интенсификация учебного процесса;
- функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
- отсутствие системной работы по формированию ценностей здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к поломке механизмов саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней. В результате существующая система школьного образования имеет здоровьезатратный характер.

Актуальность программы:

Урок остается основной организационной формой образовательного процесса, которая непосредственно зависит от учителя. Выявление критериев здоровьесберегающего потенциала школьного урока и построение урока на здоровьесберегающей основе является важнейшим условием преодоления здоровьезатратного характера школьного образования.

По мнению специалистов-медиков, возраст от одного года до 15 лет гораздо важнее для сохранения будущего здоровья, чем от 15 лет до 60.

Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся? Именно в решении этих вопросов и заключается **актуальность** программы «Планета Здоровья».

Программа курса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, допускает *использование дистанционных образовательных технологий.*

1. ФГОС нового поколения требует использования в образовательном процессе технологий деятельностного типа, а методы и приемы деятельности определены как одно из условий реализации основной образовательной программы начального общего образования. Современные развивающие программы начального образования включают проектную деятельность и программы различных курсов внеурочной деятельности.

2. Знания, умения и универсальные учебные действия необходимы для более глубокого освоения учебных программ начальной школы.
3. Программа составлена с использованием дистанционных технологий.

Педагогическая целесообразность программы

Многие педагоги считают, что сохранением и укреплением здоровья учащихся в школе должны заниматься администраторы и специально подготовленные профессионалы. Однако анализ школьных факторов риска показывает, что большинство проблем здоровья учащихся создается и решается в ходе ежедневной практической работы учителей, т.е. связано с их профессиональной деятельностью. Поэтому учителю необходимо найти резервы собственной деятельности в сохранении и укреплении здоровья учащихся.

Цель и задачи программы

Цель: 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.

Задачи:

Обучающие:

- формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни;
- обучение применению полученных знаний по сбережению здоровья в повседневной жизни;
- освоение основ экологической грамотности;
- освоение норм здоровьесберегающего поведения в природе и социальной среде;
- приобретение теоретических знаний по разделу «ОРГ»;
- формирование специальных двигательных качеств;
- формирование знаний в области гигиены и техники безопасности.

Развивающие:

- развитие основных физических качеств;
- развитие физического здоровья;
- развитие психического здоровья;
- развитие социально-нравственного здоровья;
- развитие специальных двигательных качеств;
- укрепление здоровья;
- физическое развитие;
- повышение работоспособности учащихся.
- обеспечение физического и психического саморазвития;

Воспитательные:

- воспитание высоких нравственных качеств;
- формирование понятия заботы о своем здоровье;
- пропаганда и популяризация ОРГ;
- воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях спортом.
- воспитание потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.
- формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;

Отличительные особенности программы:

Занятия носят научно-образовательный характер.

Данная программа строится *на принципах:*

- **Научности;** в основе которых содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.
- **Доступности;** которых определяет содержание курса в соответствии с

возрастными особенностями младших школьников.

- **Системности**; определяющий взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов предлагаемого курса.

При этом необходимо выделить **практическую направленность** курса.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

- **Обеспечение мотивации**

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

Изучение программного материала начинается с 1 класса на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде учебных игр и в процессе практической деятельности. Кроме того, каждый отдельный раздел курса включает в себя дополнительные виды деятельности:

- чтение стихов, сказок, рассказов;
- постановка драматических сценок, спектаклей;
- прослушивание песен и стихов;
- разучивание и исполнение песен;
- организация подвижных игр;
- проведение опытов;
- выполнение физических упражнений, упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие воображения;

Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка. Каждое занятие должно стать настоящим уроком «здоровотворчества».

Возраст учащихся, участвующих в реализации программы

Программа «Школа доктора Здоровья» предназначена для детей в возрасте 7– 9 лет. Возрастные особенности детей учитываются в процессе обучения через индивидуальный подход к учащимся.

Сроки реализации программы: 1-ый год обучения – 33 часа, 2-ой, обучения – 34 часа.

Режим занятий: 1-ый класс 1 раз в неделю по 35 минут, 2-ой- 40 минут.

Ожидаемые результаты (у детей должны быть сформированы УУД):

Личностные результаты

- активное включение в общение со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности;
- проявление положительных качеств личности в различных (нестандартных) ситуациях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов;
- формирование и развитие психологической готовности в процессе обучения;
- расширение кругозора, рост эрудиции, получение новых знаний о природе и обществе;
- выработка в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе ее выполнения;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Познавательные УУД:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- правила личной безопасности, которые могут возникнуть дома, на улице, в общественном месте;
- основные термины и понятия, относящиеся к здоровью и здоровому образу жизни;

Коммуникативные УУД:

- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- формирование и отработка навыков безопасности в повседневной жизни при взаимодействии с двумя или более учащимися;

В результате освоения программы учащиеся получают возможность знать и уметь:

Возможность знать:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

Возможность уметь:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.
- составлять индивидуальный режим дня;
- общаться и взаимодействовать в игровой деятельности;
- принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;
- осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр;

Способом проверки знаний и умений являются самостоятельные работы по всем разделам программы, творческие задания. Для проверки результативности освоения программы используются следующие формы контроля:

-текущий контроль знаний в процессе устного опроса

-текущий контроль знаний и умений в процессе наблюдения за практической деятельностью учащихся

-итоговый контроль применяется при анализе результатов и участия в коллективном творчестве;
 -также консультация, доклад, выступление, выставка, презентация;

II. Учебно – тематический план программы внеурочной деятельности «Школа доктора Здоровье»

Первый класс - (33 часа)

№	Тема занятия	дата	Кол-во часов
1	Советы доктора Воды.		1
2	Друзья Вода и Мыло.		1
3	Глаза – главные помощники человека.		1
4	Подвижные игры		1
5	Чтобы уши слышали.		1
6	Почему болят зубы.		1
7	Чтобы зубы были здоровыми.		1
8	Как сохранить улыбку красивой.		1
9	Подвижные игры		1
10	«Рабочие инструменты» человека.		1
11	Зачем человеку кожа		1
12	Надёжная защита организма		1
13	Если кожа повреждена		1
14	Подвижные игры		1
15	Питание – необходимое условие для жизни человека		1
16	Здоровая пища для всей семьи		1
17	Сон – лучшее лекарство		1
18	Какое настроение?		1
19	Я пришёл из школы		1
20	Подвижные игры		1
21-22	Я - ученик		2
23-24	Вредные привычки		2
25	Подвижные игры		1
26	Скелет – наша опора		1
27	Осанка – стройная спина		1
28	Если хочешь быть здоров!		1
29	Правила безопасности на воде		1
30-31	Подвижные игры		2
32-33	Обобщающие уроки «Доктора природы»		2

Примечание: учитель оставляет за собой право менять местами темы занятий и количество.

«Школа доктора Здоровье»

Второй класс (34 часа)

№	Тема занятия	дата	Кол-во 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	Воспитавай себя		1
34	Я выбираю движение		1

Примечание: учитель оставляет за собой право менять местами темы занятий и количество.

III. Содержание занятий программы внеурочной деятельности «Школа доктора Здоровье»

Первый класс (33 часа)

Тема 1. Советы доктора Воды. (1час)

Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Заучивание слов. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды. Игра «Доскажи словечко».

Тема 2. Друзья Вода и мыло. (1час)

Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Игра «Наоборот». Творческая работа.

Тема 3. Глаза – главные помощники человека. (1час)

Беседа об органах зрения. Заучивание слов. Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Игра «Полезно – вредно». Правила бережного отношения к зрению.

Тема 4. Подвижные игры. (1час)

Знакомство с доктором Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», Раз, два, три-беги!»

Тема 5. Чтобы уши слышали. (1час)

Разыгрывание ситуации. Проведение опытов. Оздоровительная минутка. Правил сохранения слуха.

Тема 6. Почему болят зубы. (1час)

Игра «Угадай-ка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование.

Тема 7. Чтобы зубы были здоровыми. (1час)

Беседа. Знакомство с доктором Здоровая Пища. Упражнение «Спрятанный сахар». Оздоровительная минутка. Зачем человеку зубная щётка? Практическая работа. Разучивание стихотворение. Тест.

Тема 8. Как сохранить улыбку красивой? (1час)

Психологический тренинг «Сотвори солнце в себе». Встреча с доктором Здоровые Зубы. Практические занятия. Оздоровительная минутка. Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.

Тема 9. «Рабочие инструменты» человека. (1час)

Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками. Оздоровительная минутка. Игра-соревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая работа.

Тема 10. Подвижные игры. (1час)

Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч».

Тема 11. Зачем человеку кожа. (1час)

Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей.

Тема 12. Надёжная защита организма. (1час)

Беседа об органах чувств. Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Работа по таблице «Строение кожи». Моделирование схемы. Тест.

Тема 13. *Если кожа повреждена. (1 час)*

Рассказ учителя о повреждениях кожи. Игра «Можно или нельзя». Оздоровительная минутка «Этюд души». Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?»

Тема 14. *Подвижные игры. (1 час)*

Разучивание игр «Круговые салки», эстафеты со скакалками, «Весёлая эстафета», «Поезд».

Тема 15. *Питание – необходимое условие для жизни человека. (1 час)*

Повторение правил здоровья. Заучивание слов. Встреча с доктором Здоровая Пища. Упражнение для осанки «Гора». Работа по таблице «Органы пищеварения». Игра «Продолжи сказку».

Тема 16. *Здоровая пища для всей семьи. (1 час)*

Советы доктора Здоровая Пища. Анализ ситуации. Игра «Угадайка». Проведение опыта. Оздоровительная минутка. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?». Золотые правила питания.

Тема 17. *Сон – лучшее лекарство. (1 час)*

Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Повторение правил здоровья Анализ ситуации. Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам», Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».

Тема 18. *Как настроение? (1 час)*

Встреча с доктором Любовь. Оздоровительная минутка. Упражнение «Азбука волшебных слов». Тест.

Тема 19. *Я пришёл из школы. (1 час)*

Беседа. Анализ и разыгрывание ситуации. Упражнение «Любишь – не любишь», Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ».

Тема 20. *Подвижные игры по выбору детей. (1 час)*

Тема 21-22. *Я – ученик. (2 часа)*

Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?» Творческая работа «Придумай правила». Анализ ситуаций. Чтение и работа по содержанию рассказов М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой».

Тема 23-24. *Вредные привычки. (2 часа)*

Беседа «Это красивый человек». Игра «Да - нет». Оздоровительная минутка «Деревце». Анализ ситуации. Слово учителя. Заучивание слов. Это нужно запомнить! Практическая работа в парах.

Тема 25. *Подвижные игры. (1 час)*

Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня».

Тема 26. *Скелет – наша опора. (1 час)*

Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка «Самомассаж ушей». Это интересно. Правила первой помощи.

Тема 27. *Осанка – стройная спина! (1 час)*

Встреча с доктором Стройная Осанка. Это интересно! Оздоровительная минутка. Работа по таблице. Правила для поддержания правильной осанки. Практические упражнения.

Тема 28. *Если хочешь быть здоров. (1 час)*

Сказка о микробах. Правила закаливания. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Творческая работа. Это интересно! Тест «Здоровый человек – это...»

Тема 29. *Правила безопасности на воде. (1 час)*

Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде. Работа по таблицам «Учись плавать». Имитация движений пловца.

Тема 30-31. *Подвижные игры. Весёлые старты. (2 часа)*

Тема 32-33 Обобщающие занятия «Доктора здоровья». (2 часа)

Встреча с докторами здоровья. Игра-рассуждение «Здоровый человек-это...», Оздоровительная минутка. Игра «Хорошо-плохо». Повторение правил здоровья. Памятка Здоровичков. Анализ ситуаций. Подвижные игры на воздухе.

Второй класс (34 часа)

Тема 1. Причины болезни. (1 час)

Слово учителя. Повторение девиза «Уроков здоровья». Анализ стихотворения. Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов.

Тема 2. Признаки болезни. (1 час)

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Грипп». Оздоровительная минутка. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Практическая работа по составлению правил «Как помочь больному?»

Тема 3. Как здоровье? (1 час)

Игра- соревнование «Кто больше знает?». Тест «Твоё здоровье», Оздоровительная минутка. Практическая работа «Помоги себе сам».

Тема 4. Как организм помогает себе. (1 час)

Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка. Тест «Умешь ли ты готовить уроки?». Составление памятки «Как правильно готовить уроки».

Тема 5. Здоровый образ жизни. (1 час)

Встреча с докторами Здоровья. Повторение правил. Анализ ситуации. Игра «Вставь словечко». Оздоровительная минутка. Мудрые слова доктора Свежий Воздух.

Тема 6. Какие врачи нас лечат. (1 час)

Повторение составляющих здорового образа жизни. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Самоанализ здоровья.

Тема 7. Инфекционные болезни. (1 час)

Слово учителя. Словарная работа. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Поднялась температура...»

Тема 8. Прививки от болезней. (1 час)

Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Прививка». Оздоровительная минутка. Игра «Полезно – вредно».

Тема 9. Какие лекарства мы выбираем. (1 час)

Игра «Кто больше знает?» Беседа «Из чего получают лекарства». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова.

Тема 10. Домашняя аптечка. (1 час)

Игра «Светофор здоровья». Анализ ситуации. Работа над стихотворением С. Михалкова «Для больного человека...» Аптека дома. Оздоровительная минутка. Это полезно знать!

Тема 11. Отравление лекарствами. (1 час)

Беседа по теме. Игра – соревнование «Кто больше?» Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления. Помоги себе сам! Практическая работа.

Тема 12. Пищевые отравления. (1 час)

Повторение признаков лекарственного отравления. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Признаки пищевого отравления. Первая помощь при отравлениях.

Тема 13. Если солнечно и жарко. (1 час)

Повторение правил поведения при пищевом отравлении. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Забыла Таня про обед...» Оздоровительная минутка. Признаки солнечного ожога. Практическая работа «Помоги себе сам!»

Тема 14. *Если на улице дождь и гроза. (1час)*

Повторение правил. Беседа по картине К. Маковского «Дети, бегущие от грозы». Правила поведения при грозе. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам!

Тема 15. *Опасность в нашем доме. (1час)*

Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Мама приходит с работы...» Правила безопасного поведения в доме. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».

Тема 16. *Как вести себя на улице. (1час)*

Рассказ учителя. Правило перехода улицы в местах, где нет светофора. Игра «Светофор здоровья». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Заучивание слов. Правила безопасности поведения в транспорте.

Тема 17. *Вода – наш друг. (1час)*

Встреча с доктором Вода. Правила поведения на воде. Обсуждения стихотворения И. Емельянова. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья». Когда опасность рядом.

Тема 18. *Как уберечься от мороза. (1час)*

Работа с отрывком из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения. Оздоровительная минутка. Составление правил. Игра «Полезно – вредно».

Тема 19. *Чтобы огонь не причинил вреда. (1час)*

Повторение правил поведения на воде. Беседа «Чем опасен огонь?» Игра «Светофор здоровья». Обсуждение ситуаций. Оздоровительная минутка. Правила поведения при пожаре в доме. Практическая работа «План эвакуации при пожаре».

Тема 20. *Чем опасен электрический ток. (1час)*

Повторение правил поведения при пожаре в доме. Рассказ учителя. Словарная работа. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».

Тема 21. *Травмы. (1час)*

Виды травм. Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах (практическая работа в парах). Оздоровительная минутка. Заучивание слов.

Тема 22. *Укусы насекомых. (1час)*

Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Вдруг какой – то страшный зверь...» Признаки аллергии. Помоги себе сам. Оздоровительная минутка. Словарная работа. Заучивание слов.

Тема 23. *Что мы знаем про собак и кошек. (1час).*

Беседа о домашних животных. Обсуждение стихотворения. Правила обращения с животными. Оздоровительная минутка. Составление правил. Это интересно!

Тема 24. *Отравление ядовитыми веществами. (1час)*

Виды отравлений. Игра – соревнование «Кто больше знает?» Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья» Признаки отравления ядовитыми веществами. Словарная работа. Первая помощь при отравлениях.

Тема 25. *Отравление угарным газом. (1час)*

Беседа по теме. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Признаки отравления угарным газом. Помоги себе сам (составление правил). Игра «Вставь пропущенные слова».

Тема 26. *Как помочь себе при тепловом ударе. (1час)*

Рассказ учителя. Признаки теплового удара. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Игра «Светофор здоровья».

Тема 27. *Растяжение связок и вывих костей. (1час)*

Повторение «Какие бывают травмы». Рассказ учителя. Признаки растяжения связок и вывиха костей. Оздоровительная минутка. Практическая работа в группах.

Тема 28. *Переломы. (1час)*

Виды переломов. Знакомство с правилами. Оздоровительная минутка. Практическая работа в парах.

Тема 29. *Если ты ушибся или порезался. (1час)*

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Таня пальчик наколола...»

Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Словарная работа. Практическая работа в парах.

Тема 30. *Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело. (1час)*

Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо. Отгадывание кроссворда «Органы».

Тема 31. *Укусы змей. (1час)*

Рассказ учителя. Это интересно! Признаки укусы змеи. Оздоровительная минутка. Первая помощь при укусе змеи. Отгадывание кроссворда.

Тема 32. *Расти здоровым. (1час)*

Рассказ учителя о неизлечимых болезнях века. Оздоровительная минутка. Решение задач.

Тема 33. *Воспитай себя. (1час)*

Беседа по теме. Тест «Оцени себя сам». Оздоровительная минутка.

Тема 34. *Я выбираю движение. Обобщающий урок. (1час)*

Урок – праздник «В путь дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйтесь!»

IV. Методическое обеспечение образовательной программы «Школа доктора Здоровье»

Методическое обеспечение программы «Школа доктора Здоровья» имеет следующие элементы:

- Печатная продукция (репродукции, журналы, постеры, фотографии и т. д.);
- Дидактический материал и раздаточный материал (карточки, тесты, ребусы, считалки, головоломки, кроссворды и т.п.);

Методы и технологии организации учебно-воспитательного процесса

- Педагог на занятиях использует следующие методы обучения:
- технология разноуровневого обучения;
- развивающее обучение;
- технология обучения в сотрудничестве;
- коммуникативная технология.
- игровые методики;
- дискуссионное общение;

Формы проведения занятий

- лекции и беседы;
- практические занятия с элементами игр и игровых элементов, дидактических и раздаточных материалов;
- сюжетно-ролевые игры;
- физкультминутки;
- опытно-экспериментальная деятельность;
- анализ и просмотр текстов;
- самостоятельная работа (индивидуальная и групповая) по работе с разнообразными видами информации;

Материальное обеспечение программы

При проведении лабораторных, практических и творческих работ рекомендуется:

- соблюдать правила техники безопасности;
- использовать техническое оснащение, соответствующее требованиям СанПиНа (занятия должны проводиться в специально оборудованном, хорошо освещённом помещении);
- у каждого учащегося должно быть своё рабочее место;
- для успешной работы на каждом занятии школьники должны иметь необходимые инструменты и принадлежности;
- продолжительность занятия не должна превышать санитарные нормы, должно осуществляться регулярное проветривание помещения.

Техническое оснащение занятий:

Занятия проводятся в специально оборудованном, хорошо освещённом помещении. У каждого учащегося - свое рабочее место.

Оборудование:

Спортивный зал, столы, стулья, учебная доска, компьютеры, принтер, сканер, мультимедиапроектор.

Инструменты и материалы:

Спортивный инвентарь, набор ЦОР по валеологии.

Примечание: Занятия по программе ведёт учитель начальных классов или учитель биологии, либо любой другой специалист в области естествознания, обладающий достаточным опытом работы с детьми, либо с педагогическим образованием.