|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тематическое планирование занятий** | | | | |
| ***№ занятий*** | ***Тема занятия*** | ***Содержание занятия*** | ***Дата проведения*** | ***Примечание*** |
| 1. | Почему мы болеем. | Причины болезни. | 02. 09. 13г. |  |
| 2. | Почему мы болеем. | Признаки болезни. | 09. 09. |  |
| 3. | Почему мы болеем. | Как здоровье? | 16. 09. |  |
| 4. | Кто и как предохраняет нас от болезней. | Как организм помогает сам себе. | 23. 09. |  |
| 5. | Кто и как предохраняет нас от болезней. | Здоровый образ жизни. | 30. 09. |  |
| 6. | Кто нас лечит. | Какие врачи нас лечат. | 07. 10. |  |
| 7. | Прививки от болезней. | Инфекционные болезни. | 14. 10. |  |
| 8. | Прививки от болезней. | Прививки от болезней. | 21. 10. |  |
| 9. | Что нужно знать о лекарствах. | Какие лекарства мы выбираем. | 28. 10. |  |
| 10. | Что нужно знать о лекарствах. | Домашняя аптечка. | 11. 11. |  |
| 11. | Как избежать отравлений. | Отравление лекарствами. | 18. 11. |  |
| 12. | Как избежать отравлений. | Пищевые отравления. | 25. 11. |  |
| 13. | Безопасность при любой погоде. | Если солнечно и жарко. | 02. 12. |  |
| 14. | Безопасность при любой погоде. | Если на улице дождь и грязь. | 09. 12. |  |
| 15. | Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте. | Опасность в нашем доме. | 16. 12. |  |
| 16. | Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте. | Как вести себя на улице. | 23. 12 |  |
| 17. | Правила поведения на воде. | Вода – наш друг. | 13.01.14г. |  |
| 18. | Правила обращения с огнём. | Чтобы огонь не причинил вреда. | 20.01. |  |
| 19. | Как уберечься от поражения электрическим током. | Чем опасен электрический ток. | 27.01. |  |
| 20. | Как уберечься от порезов, ушибов, переломов. | Травмы. | 03.02 |  |
| 21. | Как защититься от насекомых. | Укусы насекомых. | 10.02. |  |
| 22. | Предосторожности при обращении с животными. | Что мы знаем про собак и кошек. | 17.02. |  |
| 23. | Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом. | Отравления ядовитыми веществами. | 24.02. |  |
| 24. | Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом. | Отравление угарным газом. | 03.03. |  |
| 25. | Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении. | Как помочь себе при тепловом ударе. | 10.03. |  |
| 26. | Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении. | Как уберечься от мороза. | 17.03. |  |
| 27. | Первая помощь при травмах. | Растяжение связок и вывих костей. | 31.03. |  |
| 28. | Первая помощь при травмах. | Переломы. | 07.04. |  |
| 29. | Первая помощь при травмах. | Если ты ушибся или порезался. | 14.04. |  |
| 30. | Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. | Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело. | 21.04. |  |
| 31. | Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек. | Укусы змей. | 28.04. |  |
| 32. | Сегодняшние заботы медицины. | Расти здоровым. | 05.05. |  |
| 33. | Сегодняшние заботы медицины. | Воспитывай себя. | 12.05. |  |
| 34. | Обобщение. Праздник здоровья. | Праздник здоровья «Я выбираю движение!» | 19.05. |  |

Согласовано Утверждаю

Зам. директора по ВР Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_Крупнова М.В. \_\_\_\_\_СерпокрыловаТ.А

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 3

с. Александров Гай

***Дополнительная образовательная***

***программа кружка***

**«Школа докторов природы»**

**(уроки здоровья)**

Возраст детей: 8 - 9 лет

Сроки реализации: 2013-2014 учебный год

Руководитель: **Смирнова О.А.**, учитель начальных классов

**Пояснительная записка**

В Федеральном государственном стандарте начального общего образования отмечается, что на ступени начального общего образования необходимо осуществлять педагогическую деятельность по укреплению физического и духовного здоровья обучающихся. Выпускник начальной школы должен соблюдать определенные правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни.

Программа кружка «Школа докторов природы» представляет собой комплекс знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психического, социального здоровья младших школьников. Ведь начальное общее образование является одной из ценностных составляющих, которая способствует познавательному и эмоциональному развитию ребенка и достижению планируемых результатов.

Благодаря обучению по этой программе у детей появляется желание заботиться о своем здоровье, относиться к нему как к ценности, придерживаться здорового питания, заниматься физической культурой и спортом, соблюдать рекомендуемый врачами режим дня, снижать влияние негативных факторов и рисков на свое здоровье.

Также формируются умение не попадать в ситуации, наносящие вред здоровью; потребность безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья; готовность самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены.

Данная программа предназначена для работы с детьми 8 - 9 лет и направлена на организацию образовательного процесса по формированию культуры здорового образа жизни младшего школьника. Обучение по программе рассчитано на год, по одному занятию в неделю.

Также программа является значимой для эмоционально-творческого развития младших школьников. Базовыми в образовательной концепции стали ценности жизни и здоровья.

Организация занятий по программе исключает критику, негативные оценки, прямое указание на ошибки школьников, и предусматривает подчеркивание положительных действий школьника, его возможностей и способностей. Созданию атмосферы доброжелательности способствуют некоторые игры и упражнения, направленные на выявление, передачу и восприятие положительной информации.

Учитывая, что программа предусматривает освоение основных культурных норм и норм этикета, учителю вместе со школьниками необходимо выработать определенные правила поведения на весь период проведения занятий.

**Цели и задачи**

***Цели программы:***создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья; формирование необходимых знаний, умений и навыков, способствующих поддержанию здорового и безопасного образа жизни; использование полученных знаний в практике с целью улучшения состояния собственного здоровья.

***Задачи программы:***формирование у детей и их родителей ответственного отношения к здоровому и безопасному образу жизни; сохранение и укрепление здоровья детей младшего школьного возраста; воспитание полезных привычек и пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.

Работа по данной программе строится на принципах гуманистической педагогики и психологии, выраженных правилом трех П: понимание, принятие, признание. Учет индивидуальных особенностей, уважение к ребенку, к процессу и результатам его деятельности, комплексный подход, систематичность и последовательность, интеграция, наглядность – важные принципы реализации программы.

Содержание разделов строится на основных принципах дидактики:

* научность – предлагаемый материал соответствует представлению современной науки об особенностях здорового образа жизни;
* доступность – информация и ее объем соответствуют возрастным возможностям усвоения знаний детей младшего школьного возраста(предлагаемый детям для усвоения материал доступен для понимания и усвоения , теоретический материал подкрепляется практическими действиями и демонстрациями; предусматриваются организация и проведение сюжетно-ролевых игр, имитационных действий, поиск информации и проектная деятельность);
* наглядность – познание осуществляется с использованием современных дидактических средств;
* занимательность – материал излагается в занимательной, игровой форме, содержит информацию, полезную для практической деятельности;
* адаптивность – создание открытой адаптивной модели воспитания и развития детей, реализующей идеи важности ценности детства и обеспечивающей гуманный подход к развивающейся личности ребенка;
* актуальность – отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей , гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями, обеспечивает знакомство учащихся с наиболее важной информацией о гигиене.
* психологическая комфортность – психологическая защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации.
* обучение в деятельности – организация детской деятельности по формированию здорового и безопасного образа жизни, умения самостоятельно добывать новые знания, правильно применять их на практике.
* целостность содержания образования – выделение основных этапов и блоков, логическая преемственность с уроками разной целевой направленности в процессе его осуществления.
* сознательность и активность – проявление активности учащихся к вопросам, касающимся здоровья, что возможно только при осознании ответственности за него;
* опора на предшествующее развитие – опираться на предшествующее спонтанное, самостоятельное развитие и воспитание.

**Результатом освоения программы** является наличие компетенций как умений, необходимых для сохранения и укрепления собственного здоровья. К таким компетенциям относятся понимание ценностей собственной жизни и жизни окружающих людей, способность контролировать свою деятельность, умение вовлекать эмоции в процессе деятельности, готовность и способность обучаться самостоятельно, способность к рефлексии, уверенность в себе, самоконтроль, адаптивность, исследование окружающей среды для выявления ее возможностей и ресурсов по сохранению и укреплению своего здоровья, умение проявлять настойчивость при соблюдении здорового образа жизни, отношение к правилам и нормам здорового образа жизни как указателям желательных способов поведения, способность принимать решения, способность слушать других людей и принимать во внимание то, что они говорят, терпимость по отношению к различным стилям жизни окружающих.

***Ценностно – смысловые***компетенции по здоровьесберегающему направлению – это компетенции в сфере мировоззрения, связанные с ценностными ориентирами младшего школьника по отношению к собственному психическому, нравственному, духовному и физическому здоровью, его способностью видеть и понимать окружающий мир, ориентироваться в нем, осознавать свою роль и предназначение, уметь выбирать целевые и смысловые установки своей деятельности. Данные компетенции предполагают наличие у младших школьников следующих универсальных учебных действий:

* умения формулировать собственные ценностные ориентиры по отношению к собственному здоровью и сферам деятельности по здоровьесбережению;
* владения способами самоопределения в ситуациях выбора на основе собственных позиций;
* умений принимать решения, брать на себя ответственность за их последствия;
* умения действовать на основе выбранных целевых и смысловых установок;
* умение выбирать индивидуальную образовательную образовательную программу с учетом общих требований и норм.

***Учебно – познавательные***компетенции по определению А.В. Хуторского – это совокупность компетенций в сфере самостоятельной познавательной деятельности, включающей элементы логической, методологической, общеучебной деятельности, соотнесенной с реальными познаваемыми объектами. В их число входят следующие универсальные учебные действия:

* способности ставить цель и достигать ее, умение пояснять свою цель;
* умение осуществлять планирование, анализ, рефлексию, самооценку своей учебно-познавательной деятельности;
* умения ставить вопросы к наблюдаемым явлениям, отыскивать их причины, обозначать свое понимание или непонимание по отношению к изучаемой проблемы;
* умения ставить и решать познавательные задачи по сохранению и укреплению собственного здоровья;
* способность создавать условия для проведения здоровьесберегающих действий (закаливание, проветривание, подвижные и малоподвижные игры и т.д.)

***Коммуникативные***компетенции – это знание необходимых языков, умения взаимодействовать с людьми, использовать навыки работы в парах и группах, владеть различными социальными ролями в коллективе. Уже к окончанию начальной школы ученик должен уметь представить себя, написать письмо, заполнить анкету, написать заявление, задать вопрос, вести диалог и участвовать в дискуссии, выступать с докладом, защищать проект и т.д. Поэтому важно сформировать у младшего школьника следующие универсальные учебные действия:

* умение взаимодействовать с окружающими людьми и анализировать происходящие события;
* умения задать вопрос, корректно вести диалог.
* владение разными видами речевой деятельности: монолог, диалог, чтение, письмо;
* умение работать в коллективе;
* умения искать и находить компромиссы;
* умение развивать положительные навыки общения в многонациональном, многоконфессиональном обществе, основанных на знании истории и традиций различных национальных общностей и социальных групп.

***Информационные***компетенции – это умения при помощи телевизора, телефона, средств *массовой* информации, Интернета, видеозаписи самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию, организовывать, преобразовывать, сохранять и использовать ее. Информационные компетенции развивают навыки у младшего школьника, которые относятся к информации, содержащейся в учебных предметах и образовательных областях, в окружающем мире, формируя у обучающегося универсальные учебные действия:

* владение навыками работы с различными источниками информации: книгами, учебниками, справочниками, атласами, картами, определителями, словарями, энциклопедиями, каталогами, Интернетом;
* умения самостоятельно искать, извлекать, систематизировать, анализировать и отбирать необходимую для решения задач информацию, организовывать, преобразовывать и сохранять ее;
* способность ориентироваться в информационных потоках, уметь выделять в них главное и необходимое;
* умение осознанно воспринимать сообщения из средств массовой информации;
* умение пользоваться информационными устройствами, такими, как компьютер, телевизор, магнитофон, телефон, факс, принтер и др.;
* умение использовать для решения учебных задач информационные и телекоммуникационные технологии: аудио и видеозаписи, электронную почту, Интернет.

***Природоведческие и здоровьесберегающие***компетенции – это знакомство с культурой своего народа и народов других стран, краеведением. Также сюда входит приобретение знаний по экологии, применение правил личной гигиены, формирование навыков здорового образа жизни, умение заботиться о собственном здоровье и личной безопасности, владение способами оказания первой медицинской помощи пострадавшим или заболевшим, умение ухаживать за ребенком младшего возраста. У школьников формируются следующие универсальные действия:

* понимание духовно-нравственных основ жизни человека и общечеловеческой культуры;
* понимание культуры, традиций и обычаев своего народа;
* формирование представления о родном крае, его природе, занятиях людей и т.д.;
* владение опытом ориентации и экологической деятельности в природной среде;
* владение эффективными способами организации своего свободного времени;
* умение применять правила поведения в экстремальных ситуациях;
* умение позитивно относиться к своему здоровью;
* владение способами физического самосовершенствования, эмоциональной саморегуляции, самоподдержки и самоконтроля;
* умения применять правила личной гигиены, заботиться о собственном здоровье, личной безопасности;
* владение навыками оказания первой медицинской помощи;
* владение элементами психологической грамотности, половой культуры и поведения;
* умение использовать многообразие двигательного опыта в массовых видах соревновательной деятельности и организации активного отдыха и досуга;
* умение подбирать индивидуальные средства и методы для развития своих физических качеств.

В Уставе Всемирной организации здравоохранения под здоровьем понимают полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Начальное общее образование обеспечивает формирование здорового и безопасного образа жизни обучающихся в процессах проведения урочной, внеурочной и внешкольной деятельности с учетом возрастных и индивидуальных возможностей и способностей каждого ребенка. Большое внимание уделяется построению и реализации здоровьесберегагающего, безопасного для здоровья ребенка учебного процесса.

Преподаватель начальных классов организует просветительскую работу с учащимися и их родителями. В своей педагогической деятельности учитель формирует положительную мотивацию младших школьников к усвоению знаний и представлений о здоровом и безопасном образе жизни и гигиенических основах физического воспитания. Необходимо учитывать, что ребенок, изучая себя и особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать здоровый образ жизни. Методика работы строится в направлении личностно ориентированного взаимодействия с ребенком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование, исследовательскую деятельность, поисковую активность младших школьников.

**Методическое обеспечение программы**

1. Планы на каждое занятие.
2. Наглядный материал: схемы, плакаты.
3. Дополнительная литература: словари, энциклопедии.

4. Компьютер, мультимедийный проектор, экран

5. Раздаточный материал, карточки.

**Список используемой литературы**

* 1. «135 уроков здоровья, или школа докторов природы» Л. А. Обухова, Н.А. Лемяскина, О. Е. Жиренко, Москва «Вако», 2013
  2. «Основы безопасности жизнедеятельности» А. В. Гостюшин Москва, 1997г.
  3. «Уроки Айболита» Г. К. Зайцев СПб., 1997г.
  4. «Уроки Мойдодыра» Г. К. Зайцев СПб., 1996г.
  5. «Твои первые уроки здоровья» Г. К. Зайцев СПб., 1995г.
  6. «Тайны пирамиды здоровья» А. К. Лаптев СПб., 1998г.