МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЕИКОРЕЦКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

ЛИСКИНСКОГО РАЙОНА ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ

Рассмотрено на заседании методического объединения учителей начальных классов
Протокол № 1
От «30» августа 2017 года
Руководитель_____
/Акимова М.М./

Согласовано:
заместитель директора по ВР
_____/Суродина О.Н./
«31» «августа» 2017г.

Утверждено:
Директор школы:
_____/Бунина Н.Е. /
«31» «августа» 2017г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности в начальной школе.

1 год обучения (1-2 классы)

2017-2018 учебный год

Клуб «Здоровейка в школе»

Составитель: учитель начальных классов
Владимирова Юлия Анатольевна.

2017 г.

Программа «Здоровейка в школе».

Пояснительная записка.

В настоящее время состояние здоровья обучающихся школ имеет тенденцию к ухудшению. Проблема сохранения и развития здоровья младших школьников заключается в поиске возможности реализации здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей функции школы. Путь решения проблемы лежит в развитии содержания образования, адекватных образовательных форм и технологий. Правовые основы решения этой задачи обозначены в Государственном образовательном стандарте общего образования (2004 г.), в Законе РФ «Об образовании» (ст.51).

Приказом Минобрнауки РФ № 2357 от 22 сентября 2011 г. внесены изменения в ФГОС начального общего образования (далее-Стандарт).

В настоящее время в соответствии со Стандартом в структуру основной образовательной программы начального общего образования (ООП НОО)входит «Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни» (далее-Программа)

Программа является комплексной, в связи с этим в Стандарте указаны изменения в части требований. Она должна обеспечивать:

- пробуждение в обучающихся желания заботиться о своём здоровье и здоровье семьи;
- формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;негативное отношение к факторам риска здоровья и т.д.;
- формирование представлений об основах экологической культуры, экологически сообразного поведения в природе и в быту, безопасного для человека и окружающей среды;
- выработку способов поведения в экстремальных ситуациях;
- пробуждение в обучающихся желания любви и заботы о «братья наших меньших»;

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (ФГОС НОО) основная образовательная программа

начального общего образования реализуется образовательным учреждением, в том числе, и через внеурочную деятельность.

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации ФГОС НОО следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Как указывается в ФГОС НОО, образовательный процесс должен обеспечивать достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Нравственное и эстетическое воспитание сосредотачивают внимание детей на бережном отношении к природе, любви к ней, умении наслаждаться её красотой. Общественно полезный труд приучает школьников к природоохранной работе. Эта взаимосвязь и обусловленность разнообразных видов деятельности определяет систему формирования здорового образа жизни посредством экологического воспитания.

Основы здорового образа жизни и экологической культуры, как любой другой, закладываются в детском возрасте. Вот почему именно в начальной школе необходимо уделять особое внимание раскрытию этого аспекта содержания.

Решаться эти задачи должны на уроках и во внеурочной деятельности, что доказывает актуальность темы исследования и позволяют определить **цель исследования**: обеспечить возможность сохранения здоровья обучающихся в период обучения в школе, научить быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия младших школьников в ходе реализации ФГОС НОО.

Для достижения цели программы необходимо решить ряд задач:

- сформировать у обучающихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;

- формировать мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;

- пробуждение в обучающихся желания заботиться о своём здоровье и здоровье семьи;

- формирование опыта индивидуального, парного и коллективного проектирования экологически целесообразного, здорового образа жизни, участия в социально значимых проектах;

- формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе; негативное отношение к факторам риска здоровья и т.д.;

- усвоение социальных норм и правил экологически безопасного поведения в природе, в обществе;

- планирование ряда экологических событий, направленных на повышение уровня знаний о природе, способах её охраны и приумножения;

- воспитание бережного отношения к природным богатствам своего края, рационального природопользования, эстетического оформления территории села и конкретно школьной территории;

- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;

- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения;

- формирование навыков ведение исследовательской работы по изучению природы, экологической обстановки родного края, влияния экологических факторов на здоровье человека;

Программа включает три направления по формированию здорового образа жизни посредством экологического воспитания:

- просветительская;

- общественно-полезная;

- учебно-познавательная.

Содержательные линии программы определены в соответствии с содержанием учебного предмета «Окружающий мир» и представлены блоками: «Здоровый и безопасный образ жизни»,«Природа и человек»,«Природа».

Программа является комплексной, осваивается как в урочной, так и во внеурочной деятельности.

Внеурочная деятельность организуется в соответствии с выбором обучающихся на добровольной основе в школе через различные формы. Наиболее приемлемыми для

младших школьников являются экскурсии, фитопрогулки, кружки, олимпиады, викторины, экологические акции. Это позволяет включать обучающихся в различные виды деятельности: игровую, познавательную,исследовательскую,проектную,практическую,самонаблюдение,рефлексию и др. При этом учитель может применять как традиционные, так и инновационные образовательные технологии.

Освоение обучающимися Программы будет способствовать достижение результатов образования: предметных, метапредметных и личностных результатов.В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровьяу обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами программы 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 здоровьесберегающему и экологическомунаправленям «Здоровейка в школе» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценкудеятельности класса на занятии.

- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации.
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя книги, свой жизненный опыт и полученную информацию.
- 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, опытов);

***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.

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.

Научатся:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать « полезные» и « вредные» продукты;
- определять благоприятные факторы экосистемы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своём здоровье и здоровье близких;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания.

Объём часов, необходимый для освоения обучающимися Программы, критерии, показатели эффективности деятельности, а так же методика и мониторинг планируемых результатов разрабатывается образовательным учреждением.

Содержание программы

Раздел 1: Здоровый образ жизни и экологическое воспитание.

Тема 1.1: Жизнь и здоровье человека под воздействием экологических факторов.

Воздух- экологический фактор среды обитания человека и других живых организмов. Роль воздуха в жизни человека и всех живых организмов. Состав воздуха, основные источники и вещества, загрязняющие воздух. Естественное восстановление чистоты воздуха. Шум как загрязнитель воздуха и стрессовый

фактор для жизни и здоровья. Государственные меры охраны воздуха и охрана воздуха в быту. Меры защиты воздуха в школе от источников загрязнения. Зеленая изгородь школы и фитощиты в учебном кабинете.

Практическая работа: чтение и анализ рассказов из книги А.А.Плешакова «Великан на поляне»: «Невидимое сокровище», «Горит трава», «Горит костёр»; Выращивание комнатных растений- поглотителей пыли и газов (дома и в школе).

Опытно-экспериментальная работа:«Чем мы дышим?» определение чистоты воздуха в учебном кабинете, школьном дворе, парке: а)органолептическими методами; б) по количеству передвигающегося автотранспорта.

Учебно-исследовательский проект: «Моё дыхание и источники загрязнения воздуха в родном селе и в моём доме»; Фитодизайн школьного двора: подбор зелёной изгороди, их посадка и уход за ними.

Вода- основа жизни и здоровья человека. Нормы потребления воды в сутки. Болезни на основе дефицита воды в организме. Источники пополнения организма водой. Вода-источник чистоты. Как организовать влажную уборку в классе и дома. Водные процедуры, их гигиена и значение. Польза отдыха у реки. Купание в реке: как не попасть в беду.

Вода-среда обитания живых организмов, основа жизни и источник здоровья. Значение воды в жизни человека. Состав воды (водопроводной воды, воды в реке Икорец).Основные источники и вещества, загрязняющие воду. Методика определения загрязнения воды: наблюдения за водой в процессе отстаивания её в сосуде(банке, ведре) в течение недели. Вода-основа для производства напитков. Вредные и полезные напитки для здоровья. Чем опасны напитки «Coca-cola», «Fanta».

Учебно-исследовательский проект: «Качество воды в нашем доме», «Польза или вред напитков«Coca-cola», «Fanta»для здоровья человека.

Темы могут быть раскрыты и изучены учителем и обучающимися в различных направлениях. Например: «Почва – главный компонент экологической системы и условие и условие для выращивания культурных растений как поставщиков продуктов питания», «Свет и тепло, как условия жизни и здоровья», «Полезные

ископаемые родного края как достояние края, их использование в здоровьеобеспечении населении края» и др.

Раздел 2: ***Основа здорового и безопасного образа жизни младших школьников и экология образовательной среды.***

Тема 2.1: ***Создание оптимальной среды для жизни и здоровья.***

Экология учебного кабинета.

Экология классного помещения: микроклимат (освещенность,температура воздуха, санитарные нормы и гигиена); экологическая чистота предметов и объектов (стены, полы, окна, столы и стулья).

Комнатные растения как дизайн учебного кабинета и их влияние на здоровье человека: видовой состав, происхождение (родина), правила ухода и размещение в кабинете в зависимости от их происхождения и экологии. Значение комнатных растений в сохранении здоровья.Опасные комнатные растения. Количественные нормы комнатных растений в жилом помещении.

Экскурсии: в школьный кабинет биологии, в зимний сад школы, в зоосад школы.

Практическая работа: с атласом-определителем А.А.Плешакова «От Земли до Неба», с литературными и электронными источниками сети интернет.

Выполнение проектов: «Фитодизайн классной комнаты», «Моя коллекция комнатных растений», « Влияние комнатных растений на здоровье человека» и др.

Тема 2.2 :***Основа здоровьесберегающего образовательного пространства для обучающихся - экология пришкольной территории.***

Фитодизайн пришкольной территории. Цветники, клумбы, аллеи, учебно-опытный участок, газоны, спортивный стадион, школьный сад и другие природные комплексы, их устройство и содержание.

Лечебные травы и цветы. Растения цветника, их многообразие (раннецветущие, однолетники, многолетники, холодоустойчивые) и значение в жизни и здоровье. Определение названий, подбор их в цветнике и газоне. Правила работы вблизи цветника, газона или на нём.

Экскурсии в цветник, газон, пришкольную территорию, школьный учебно-опытный участок.

Практическая работа: определение видового состава декоративных и лечебных растений (работа с атласом-определителем); сбор семян и подготовка их к хранению.

Выполнение тематических проектов: «Здоровье и зелень», «Фитодизайн школьной территории», «Зелёная изгородь школы», «Аллея памяти и дружбы на школьном дворе».

Оформление фотовитрины: «Цветы в нашем селе».

Конкурс на лучший букет.

Раздел 3 : *Экология природного окружения школы для здорового и безопасного образа жизни.*

Тема 3.1: С*реда здорового и безопасного образа жизни жителей села, экология улиц и природных комплексов.*

Деревья и кустарники на наших улицах как компоненты здоровьесберегающей среды. Изучение видов деревьев и кустарников на пути в школу. Определение видов, происхождение, их научные названия.

Экокультурные комплексы села: место отдыха и укрепления здоровья населения села Средний Икорец.

Моделирование: составление связей в природе, отражающие процессы в жизни растений. Ядовитые плоды кустарников как опасность для здоровья (крушина, волчеягодник, бузина и др.)

Экскурсии в парк, на школьный двор, газон, в санаторий имени Цюрупы и питомник лесничества. Выполнение наблюдений за различными видами лиственных и хвойных деревьев и кустарников, посаженных на улице вблизи школы; исследование экологического «здоровья» деревьев по степени усыхания ветвей; проведение подвижных игр, сбор листьев для гербария; заготовка семян и плодов для подкормки птиц и животных зимой.

Практическая работа: определение видов семян, плодов деревьев и кустарников с помощью атласа – определителя.

Проекты:«Моё здоровье, в моих руках», «Моё любимое дерево», «Виды растений и кустарников на моём пути в школу», «Осторожно, мы ядовиты!»

Фотовыставка: «Зелёный наряд нашего села!»

Трудовой десант по созданию экологических условий для жизни животных, птиц, растений в природных экокультурных комплексах села.

Раздел 4 : ***Экология культуры, здорового и безопасного образа жизни.***

Тема 4.1.: ***Экология питания – основа здоровья и долголетия.***

Экология детского питания (список запретных продуктов для детей).

Температурный режим хранения продуктов и приёма пищи, его учёт в питании детей. Полезность горячего питания. Экологическая чистота посуды для продуктов питания и горячего блюда.

Сбалансированное питание, предпочтительный выбор продуктов в течение дня. Пищевая пирамида. Рацион питания, режим приёма пищи, норма потребления пищи, объём пищи, употребляемой за один приём.

Витаминизированное питание: витамины круглый год, самые вкусные и полезные из овощей и фруктов; аллергия на продукты питания.

Культура питания: сервировка стола, правила поведения за столом.

Опасности в питании: лесные опасности в питании(ядовитые грибы и ягоды). Вредные привычки в питании и их последствия.

Практическая работа: «Составим свой режим питания на один день и одну неделю»; Тренинг «Выбор продуктов питания и правила поведения за столом»; Разработка меню «Праздничный стол на день рождения».

Исследовательская работа: «Экологическая экспертиза школьной столовой», «Собираемся в поход: что взять с собой из продуктов питания».

Экскурсии: в школьную столовую на тему: «Как рождается блюдо»; в лес «Копилка витаминов»; на пришкольный учебно-опытный участок на тему «Пряные растения для обеденного стола»; в школьный сад «Плодовые и ягодные растения – поставщики витаминов».

Учитель или руководитель дополнительного образования составляет планирование на основании разработанной примерной Программы внеурочной деятельности.

Формы и виды контроля

-наблюдения за детьми в ходе работы;

-Дни здоровья, спортивные мероприятия;

-проведение практических работ (посадка цветов, деревьев, уборка территории школы;

-проведение конкурсов (рисунков, поделок);

-выставки, презентации;

-папка исследователя, «Портфолио», разработки и защита творческих проектов;

-викторины, тесты, КИМы (А.А Плешаков);

Методические рекомендации

Занятия уроков ЗОЖ и экологии, кружки проводит учитель начальных классов. Он может самостоятельно перераспределить часы с учётом подготовленности учащихся и условий работы в данном классе.

Виды внеурочной деятельности чрезвычайно многообразны: учебно - познававтельная, исследовательская, проектная, моделирующая, игровая, трудовая.

Занятия могут проходить как учебные занятия, беседы, игры, заседание клуба, экскурсии, наблюдения, опыты, выставки, презентации, защита проекта, поиски информации в читальном зале библиотеки, совместная деятельность обучающихся и родителей.

В первом классе наиболее целесообразно использовать метод наблюдения как метод познания здоровья человека и окружающего мира.

В конце каждой четверти и по итогам года проводятся церемонии награждения обучающихся, которые предусматривают вручение похвальных грамот, дипломов, призов по нескольким номинациям, что позволяет отметить достижения каждого без исключения учащегося в той или иной области и является важным стимулирующим фактором. Номинации, по которым будет осуществляться награждение в конце учебного года, объявляются обучающимся задолго до его окончания.

Результаты овладения образовательной программой, трансформируемые в знания, умения, способы деятельности и компетенции обеспечивают взаимодействие с природой, обществом, самим собой с позиции ценностных смыслов и идей экологической культуры и экологии культуры, выступающие основой здорового и безопасного образа жизни.

Оценивание:

- Количество человек посещающих кружок на начало и конец учебного года;

- Количество человек добившихся результатов, выполнили, защитили проект и приняли участие в конкурсе;

- Запланированное количество выполненных дел стало выше с идеями детей и родителей;

- защита творческих проектов из плана работы.

Тематическое планирование.
1 год обучения - (33 часа)

№ раздела	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
Раздел 1: Здоровый образ жизни и экологическое воспитание.	Тема 1.1: Жизнь и здоровье человека под воздействием экологических факторов.	7	
Раздел 2: Основа здорового и безопасного образа жизни младших школьников и экология образовательной среды.	Тема 2.1: Создание оптимальной среды для жизни и здоровья. Экология учебного кабинета. Тема 2.2 :Основа здоровьесберегающего образовательного пространства для обучающихся - экология пришкольной территории.	4 4	
Раздел 3 : Экология природного окружения школы для здорового и безопасного образа жизни.	Тема 3.1: Среда здорового и безопасного образа жизни жителей села, экология улиц и природных комплексов.	8	
Раздел 4 : Экология	Тема 4.1.: Экология питания –	10	

культуры, здорового и безопасного образа жизни.	основа здоровья и долголетия.		