**Пояснительная записка**

**Рабочая программа внеурочной деятельности «Безопасная школа»** в начальной школе (1-4 классы) составлена в соответствие с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, основной образовательной программой начального общего образования.

**Цель:**

Формирование знаний учащихся в области современных достижений гигиены, санитарии и здоровья, посредством познания окружающего мира с самим собой.

**Задачи:**

Обучающие:

- научить ребенка различным методам эмоционального сенсорного восприятия и оценки себя и окружающего мира;

- формировать осознанное отношение к своему здоровью;

- уметь применять полученные гигиенические знания в жизни и практической деятельности;

- использовать полученные знания для обеспечения безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья школьников.

Развивающие:

- помочь школьнику реализовать и осознать себя в разных своих проявлениях;

- сформировать у учащихся представление о влиянии питания на здоровье;

- дать представление о негативных факторах риска здоровью, о существовании зависимости от табака, алкоголя, наркотических и психотропных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;

- сформировать представление о основных дорожных «ловушках» и уметь прогнозировать ситуацию на дорогах;

- уметь выполнять последовательные действия при возникновении экстремальных ситуаций.

Воспитательные:

- воспитать у детей личную ответственность за сохранение своего здоровья;

- научить обучающихся, делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранить здоровье;

- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения

Общая характеристика курса.

 Курс внеурочной деятельности «Безопасная школа» расширяет сведения о физическом, психическом и социальном здоровье человека, рассматриваемые в школьной программе по окружающему миру. Получение учащимися знаний в этой области позволит укрепить их здоровье, предупредить развитие вредных привычек в условиях неблагоприятного окружения, возродить спортивные и оздоровительные традиции как условие укрепления нравственных устоев семьи и школы. Предлагаемый курс носит обучающий, развивающий и социальный характер. Он является необходимым, для учащихся младшей ступени, так как позволит школьникам найти причину многих заболеваний, заставит их задуматься о своём здоровье и его сохранении. Школьник будет ориентироваться на выбор профессии согласно жизненным ресурсам своего организма.

**Актуальность**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Безопасная школа» отвечает требованиям ФГОС и решает воспитательные задачи трёх уровней, которые поставлены в задачах внеурочной деятельности, через приобщение обучающихся к познанию окружающего мира – с самим собой. Рассказывает о его анатомии и некоторых физиологических свойствах, затрагивающие эмоциональные стороны восприятия мира.

**Место курса в учебном плане**

Программа рассчитана на 17 часов в год в 1 классе с проведением занятий 1 раз в 2 недели, продолжительность занятия 30-35 минут, на 17 часов в год – во 2-4 классах, продолжительность занятия 40 минут.

**Личностные, метапредметные, предметные результаты курса**

**Личностные:**

активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

**Предметные:**

начнут осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге;

узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур.

освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки,

научатся составлять комплексы оздоровительных и общеразвивающих упражнений, использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование;

 освоят правила поведения и безопасности, правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;

научатся вести себя в экстренных ситуациях, проводить профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения;

 приобретут жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека

**Метапредметные:**

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 работатьпо 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).

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.

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).

***Тематическое планирование***

***1 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № кружка | Тема занятия | Кол-во часов | Дата |
| **Самопознание через чувство и образ (3 ч)** |
| 1 | Я познаю себя | 1 |  |
| 2 | Мы все похожие и разные Я познаю других. | 1 |  |
| 3 | Человек в мире людей. | 1 |  |
| **Школа здорового питания (5 ч)** |
| 4 | Питание и эмоциональное состояние | 1 |  |
| 5 | Пищеварение: как это происходит? | 1 |  |
| 6 | Питательные вещества и их значение для роста и развития организма. | 1 |  |
| 7 | Питание и индивидуальное здоровье. | 1 |  |
| 8 | Производство, хранение и распространение продуктов питания. | 1 |  |
| **Ослепительная улыбка на всю жизнь (14 ч)** |
| 9 | Зачем человеку нужен рот и что в нем находится | 1 |  |
| 10 | Здоровое питание – здоровые зубы. Правила ухода за зубами | 1 |  |
| **Профилактика аддиктивного поведения и случайных отравлений лекарственными препаратами (2 ч)** |
| 11 | Лекарственные препараты. | 1 |  |
| 12 | Табак. Пассивное курение. | 1 |  |
| **Безопасность детей на дорогах (2 ч)** |
| 13 | Почему нельзя отвлекаться при переходе улицы? | 1 |  |
| 14 | Загадки пустынной улицы. Двор тоже улица. | 1 |  |
| **Поведение в экстремальной ситуации(3 ч)** |
| 15 | Экстремальные ситуации. Поведение при пожаре. | 1 |  |
|  |  |  |  |
| 16 | Поведение при возникновении экстремальной ситуации на воде. | 1 |  |
| 17 | Поведение при встрече с незнакомым человеком. | 1 |  |

**Учебно-тематическое планирование**

***2 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № кружка | Тема занятия | Кол-во часов | Дата |
| **Самопознание через чувство и образ** |
| 1 | Я познаю себя | 1 |  |
| 2 | Мы все похожие и разные. Я познаю других. | 1 |  |
| 3 | Человек в мире людей | 1 |  |
| **Школа здорового питания** |
| 4 | Питание и эмоциональное состояние | 1 |  |
| 5 | Пищеварение: как это происходит? | 1 |  |
| 6 | Питательные вещества и из значение для роста и развития организма. Питание и индивидуальное здоровье. | 1 |
| 7 | Производство, хранение и распространение продуктов питания. Приготовление пищи. | 1 | Практическая работа №1 |
| **Ослепительная улыбка на всю жизнь** |
| 8 | Здоровые зубы – здоровый организм. Строение зубов Чистка зубов.. | 1 |  |
| **Профилактика аддитивного поведения и случайных отравленийлекарственными препаратами** |
| 9 | Лекарственные препараты. Мир растений. Польза растений и таящиеся опасности. | 1 |  |
| 10 | Наркотические и токсические вещества. Рядом – опасный человек. | 1 |  |
| **Безопасность детей на дорогах** |
| 11 | Переход улиц. Правила перехода узких улиц. | 1 | Экскурсия №1 |
| 12 | Правила перехода широких улиц. | 1 |  |
| 13 | Пешеходный переход. Мой друг светофор. | 1 |  |
| 14 | Я – пешеход. (Обобщающий урок) | 1 | Викторина. |
| **Поведение в экстремальной ситуации** |
| 15 | Экстремальные ситуации. Модели поведения. | 1 |  |
| 16 | Как звать на помощь в экстремальной ситуации? Как выйти из экстремальной ситуации? | 1 |  |
| 17 | Травмы – ожоги, ошпаривания, ожоги ротовой полости и горла, электроожоги | 1 | Практическая работа № 2 |

**Учебно-тематическое планирование**

***3 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Разделы занятий | Темы занятия | Количество часов |
| 1 | Почему мы болеем? | Причины болезни. Признаки болезни. | 11 |
| 2 | Кто и как предохраняет нас от болезни? | Как организм помогает себе сам.Здоровый образ жизни. | 11 |
| 3 | Что нужно знать о лекарствах. | Какие лекарства мы выбираем.Домашняя аптечка. | 11 |
| 4 | Как избежать отравлений. | Отравление лекарствами.Пищевые отравления. | 11 |
| 5 | Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте. | Если солнечно и жарко.Если на улице дождь и гроза.Опасность в нашем доме.Как вести себя на улице.Вода – наш друг.Чтобы огонь не причинил вреда.Чем опасен электрический ток. | 1111111 |
| 6 | Предосторожности при обращение с животными  | Что мы знаем про собак и кошек | 1 |
| 7 | Повторение | Расти здоровым. | 1 |

**4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Разделы занятия** | **Темы занятий** | **Количе­ство часов** |
| 1. | Наше здоровье | Что такое здоровье | 1 |
| 2. | Как помочь сохранить себе здоровье | Учимся думать и действовать. | 1 |
| КВН «Я здоровье берегу – сам себе я по­могу» | 1 |
| 3. | Почемунекоторые привычкиназываются вредными | Злой волшебник табак. Что мы знаем о курении. Алкоголь – ошибкаТренинг безопасного поведения – наркотик.Умей сказать «нет»!Викторина «Почему я говорю- «Нет!» вредным привычкам.»Тренинг безопасного поведения «Я умею выбирать».Проект «Я выбираю здоровый образ жизни» | 11111111 |
| 4. | Мы одна семья | Мальчишки и девчонки. | 1 |
| Моя семья. | 1 |
| 5. | Повторение | Викторина «Умеем ли правильно питаться». | 1 |
| «День здоровья» | 1 |
| Конкурс рисунков «Будьте здоровы!» | 1 |
| Урок - путешествие «Наше здоровье» | 1 |
| Игра «Школа безопасности здоровья» | 1 |
|  |  | итого | 17 ч. |

**Учебно-методическое и техническое обеспечение программы**

1.Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. Школа докторов Природы или 135 уроков здоровья.

2.Воронова Е.А. Здоровый образ жизни в современной школе. - Ростов на/Дону: Феникс, 2007.

3. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. Тридцать уроков здоровья для первоклассников: Методическое пособие. - И.: ТЦ «Сфера», 2001.