

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Тверской области**

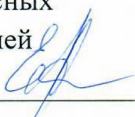
**Управление образования**

**Удомельского городского округа**

**МБОУ Брусовская СОШ**

РАССМОТРЕНО

ШМО Классных  
руководителей



Яковлева Е.А.  
приказ №1 от «30» августа  
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УВР



Шаршакова О.Б.  
приказ №1 от «30» августа  
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

ИО.директора



Горчакова С.В.  
приказ №75 от «31» августа  
2023 г.



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

**для обучающихся 2 класса**

**«Безопасность школьника»**

Составитель:

Учитель ОБЖ «Брусовская СОШ»

Соколова Н.В.

2023

## Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.

### Кружок «Безопасность школьника».

1. **Личностные результаты** — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
2. **Метапредметные результаты** — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
3. **Предметные результаты** — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

**Личностными** результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Сохранение жизни и здоровья школьника» 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 «Безопасность школьника» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### 1. Регулятивные УУД:

- **Определять и формулировать** цель деятельности на кружке с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на кружке.
- 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 кружке.

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

### **Ожидаемый результат**

В ходе реализации образовательной программы, обучающиеся получат представление:

- что значит быть здоровым;
- о воздействии природных факторов на здоровье человека;
- о способах предупреждения инфекционных заболеваний;
- о закаливании, его значении для здоровья;
- о правилах безопасного поведения на воде;
- о работе отдельных органов человека (сердце, глаза, зубы и т.д.) и систем;
- какая пища полезна для здоровья, о рациональном питании;
- о режиме дня младшего школьника;
- о личной гигиене, заболеваниях кожи;
- о вреде пониженной активности для здоровья школьника;
- о социальной роли каждого члена семьи;
- о способах самостоятельного разрешения межличностных конфликтов;
- о вредных привычках, их пагубном воздействии на детский организм;

### Приобретут умения

- измерять свой рост, вес, температуру тела, находить пульс;
- одеваться в соответствии с погодой;
- проводить гигиенические и закалывающие процедуры с использованием воды;
- оказывать первую помощь при травмах кожи;
- выполнять зрительную гимнастику, заботиться о глазах;
- тренировать слух, выполнять самомассаж ушей;
- правильно чистить зубы;
- выполнять комплекс упражнений утренней гимнастики, ходьбы, бега;
- регулировать дыхание, выполнять дыхательную гимнастику;
- использовать игры для тренировки памяти, ума;
- выполнять упражнения и игры на развитие мелких мышц рук, лица;
- вежливого общения.

### **Форма подведения итогов работы**

– игра «Путешествие в Страну здоровья».

Данная программа предназначена для обучающихся 1,2 классов МБОУ «Брусовская СОШ».

**Учебно-тематический план кружка «Сохранение жизни и здоровья школьника» для обучающихся 3 класса.**

№ раздела	Название темы	Теоретические занятия	Практические занятия	Количество часов
1.	Какой я? Я не похож на других.	1	1	2
2.	Гигиена.	5	4	9
3.	Что у меня внутри.	3	7	10
4.	Правила безопасного поведения.	-	4	4
5.	Вредные привычки.	1	1	2
6.	Чтобы радость людям дарить, надо добрым и вежливым быть.	1	2	3
7.	16 главных точек моего здоровья. Урок повторения.	1	1	2
8.	Итоговое занятие. Путешествие в Страну здоровья.		2	2
		12	22	34

**Основное содержание программы**

**Раздел 1. Какой я? Я не похож на других.(2 часа)**

Путешествие в тайну моего рождения. На кого я похож? Чем отличаюсь от других? Что люблю? Чем хочу заниматься?

**Формы деятельности:** сравнение себя с родителями на фото, с одноклассниками визуально и через отражение в зеркале, рисунок – портрет, выставка работ, составление рассказа «Какой Я!», игра: «Угадай о ком речь» (называются отличия во внешнем виде, уч-ся отгадывают о ком речь), исследовательская деятельность - найди похожее вокруг себя.

**Раздел 2 Гигиена(9 часов)**

Гигиена. Советы доктора Воды. Вода и мыло. Как животные ухаживают за собой? Анализ сказки «Мойдодыр». Зачем моется человек? Почему плохо быть грязнулей? Где больше всего скапливается грязи на теле человека?

Способы профилактики инфекционных заболеваний. Почему мы простужаемся? Простейшие способы закаливания: обтирание, обливание, купание, полоскание холодной водой носоглотки. Как правильно вести себя на воде. Какие животные хорошо плавают? В каком возрасте можно учиться плавать?

**Кожа.** Какая у меня кожа? От чего защищает кожа? Как устроена кожа человека? Травмы и заболевания кожи: ожоги, сыпь, воспаления. Клещи. Как следует поступать при травмах и заболеваниях кожи? Правила ухода за кожей.

**Уход за руками и ногами.** Устройство человеческой ладони. Большой палец и его роль. Массаж пальцев. Где чаще всего скапливается грязь на руках и ногах? Заусеницы. Занозы и их извлечение. Как подстригать ногти? Куда не следует совать свои руки (пальцы)? Как уберечь свои руки и ноги от порезов, ссадин, ожогов, переохлаждений, травм?

**Зрение.** Глаза – главные помощники человека. Какие у меня глаза? Для чего они служат? На что я люблю смотреть? Гимнастика для глаз. Забота о глазах. У кого самое острое зрение? Кто лучше всех видит ночью? Почему зайца называют «косым»? Что значит

«глаз как у орла»? Как устроен глаз человека? Что может случиться с глазами и зрением? Как беречь глаза? Как обращаться с очками?

Слух. Самая быстрая улитка в мире (ухо). Как устроено ухо? Какие у меня уши? Зачем они нужны? Что я люблю слушать? Тренировка слуха. Уход за ушами. Кто самый ушастый? Как органы слуха помогают животным поймать добычу, спастись от врагов, найти друг друга? Как беречь уши? Самомассаж ушей.

Формы деятельности. Наблюдение за животными - ищем критерии для сравнения, просмотр фильмов по темам занятий, работа с муляжами, лепка, рекомендации по уходу в схемах и рисунках, экскурсия в библиотеку, в медпункт; чтение сказок, басен, составление пословиц по алгоритму (пример: не тот ..., кто..., а тот, кто..), работа с таблицами – «Скажи что закрыто»; соревнования «Кто быстрее соберет муляж»; игра «Путешествие в мир знаний» (уч-ся отвечают на вопросы и набирают баллы). Победитель получает приз. Практические занятия с гигиеническими принадлежностями, самомассаж; рассказы «Это было со мной». Инструктаж по безопасности на воде.

Раздел 3. . Что у меня внутри?(10 часов)

Из чего я состою? Чего во мне больше? Какой орган у меня самый главный? Как органы связаны между собой? Мое здоровье. Кто помогает его сохранить?

Моя семья. Мы любим друг друга. Как родители заботятся о своих детях?

Зубы. Почему болят зубы? Зубы у животных. Молочные и постоянные зубы. Как устроен зуб человека. Болезни зубов. Что бывает при потере зубов? Чтобы зубы были здоровыми. Чем и как надо питаться, чтобы зубы оставались здоровыми? Как чистить зубы?

Питание. Питание – необходимое условие для жизни человека.

Чем питаются животные? Устройство системы пищеварения человека. Вкусная и невкусная пища. Чувство голода и чувство сытости.

Здоровое меню. Белки, жиры и углеводы. Меню из трех блюд. Злые продукты. Какие продукты полезны растущему организму? От чего зависит количество потребляемой пищи? Углеводы – топливо для клеток. Белки – строительные материалы для клеток. Жиры – продовольственные склады «на черный день». Неполезные продукты. Правила питания. Что происходит с едой во рту? Как называется «тоннель» между ртом и желудком? Как желудок переваривает пищу? На что похож желудок?

Скелет. Скелет – наша опора. Для чего служит организму скелет человека? Мышцы – главные силачи. Что помогает укрепить мышцы и кости? Тренировка мышц. Правила для поддержания правильной осанки. Как я расту. Откуда что берется? Деление клеток. Строительный материал. Топливо.

Кровеносная система: Что такое кровь? Почему кровь красная? Реки: Вена и Артерия. Для чего нужна донорская кровь? Насос для перекачки крови. Кто всему голова. Какое сердце у меня? Как работает сердце? Как почувствовать свое сердце? Тренировка сердца.

Нервная система: Наши нервы. Нервные телеграфисты. Цветные проволочки для разных сообщений.

Дыхание. Зачем мы дышим? Какое бывает дыхание? Как я дышу, когда играю, ем, сплю, учусь? Чем мы дышим? Дыхательная гимнастика.

Мозг – мой главнокомандующий. О чем я люблю думать? Как стать умным? Тренировка памяти и ума. Сон – лучшее лекарство. Как я сплю? Какое у меня поведение, когда я не выплуюсь? Сколько надо спать? Как сделать сон полезным. Что не следует делать перед сном? Зачем мы спим по 25 лет, или камера хранения для памяти.

Формы деятельности.

Анкета «Как я расту». Таблица измерения роста и веса тела в различные периоды жизни. Практикум «Чистка зубов». Правила питания. Экскурсия в пищеблок. Составление меню в картинках. Поход в «магазин» за продуктами. Видеоматериалы по темам занятий. Чтение и театрализация сказок, стихов по темам занятий. Рисунки, лепка полезных продуктов. Опрос родных и друзей «Что я люблю есть?». Отработка практических гигиенических

навыков. Работа с микроскопом и лупой по изучению состава клеток. Игры на внимание. Головоломки.

**Раздел 4.** Правила безопасного поведения. – 4 часа

Особенности города ( посёлка) как среды обитания человека, Современный транспорт – зона повышенной опасности. Правила поведения участников дорожного движения. Железнодорожный переезд. Железная дорога.

**Раздел 5.** Вредные привычки(2 часа)

Какие бывают вредные привычки? В чем их опасность? Как от них избавиться?

**Формы деятельности.** Поисковая работа «Влияние вредных привычек на организм ребенка». Составление сценария и театрализация: «Нет вредным привычкам!»

**Раздел 6.** Чтобы радость людям дарить, надо добрым и вежливым быть - 3 часа

Добрые поступки. Вежливое общение. Внимательный сын (дочь), отзывчивый и надежный друг (подруга). Как научиться говорить хорошо? Упражнения для языка.

Эмоциональные состояния человека. Способы снятия напряжения, связанного с чувством злости. Какое бывает настроение? От чего оно зависит? Как улучшить свое настроение в школе? От чего зависит настроение после школы? Чем лучше заняться после школы?

Народные игры. В соответствии с правилами, подбор игр произвольный.

**Формы деятельности.** Путешествие по «городу вежливости»; составление рассказов о вежливом человеке, какой у меня друг? Обсуждение «полезных советов». Чтение пословиц по теме занятий. Рисунки – портреты добрых людей. Примеры из книг о добрых людях и их делах. Анкета «Хороший ли я друг?». Составление советов по занятиям после уроков в картинках. Упражнения для мышц лица. Игры. Тренинги на общение.

**Раздел 7** 16 главных точек моего здоровья.( 2 часа) Урок повторения. Что такое здоровье?

От чего зависит здоровье? Что нужно знать и уметь, чтобы всегда быть здоровым

**Формы деятельности** «Экскурсия» по пройденному материалу, игры, инсценировки.

**Раздел 8** Итоговое занятие. Путешествие в Страну Здоровья.(2 часа)

**Форма деятельности**

Игра – закрепление знаний и навыков по уходу за своим телом. Оказание медицинской помощи. Совершенствование приемов самомассажа и гимнастики для глаз. Игра « Умники и умницы»

**Ключевыми понятиями,** характеризующими сущность данной воспитательной программы, являются:

гигиена, закаливание, инфекционные заболевания, внутренние органы, скелет, мышцы, нервная система, кровеносная система, вредные привычки, здоровый образ жизни, первая помощь, правильное питание, дыхание, общение, настроение, гимнастика, самомассаж.

**Краткий перечень материалов, инструментов и оборудования:**

- DVD фильмы, видеоматериалы по строению организма и влиянию на него негативных факторов,
- муляжи органов, микроскоп, лупа
- художественная литература, энциклопедический словарь
- краски, пластилин, конструктор, цветная бумага
- мячи, тренажеры,
- весы, ростомер, зеркало,
- информация о жизни и деятельности долгожителей и ремесленников нашего края.

**Формы и методы работы:**

- тренинговые упражнения
- игры
- беседы

**Содержание программы. Методы и формы деятельности.**

Предлагаемый курс ориентирован не только на усвоение ребенком знаний и представлений, но и становится в его мотивационной сфере нормой гигиенического поведения, реализацией усвоенных знаний и представлений в его реальном поведении. Это способствует формированию привычки быть здоровым душой и телом, стремлению укрепить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами человеческого бытия.

Основные методы реализации данной программы

- наблюдение
- моделирование
- эксперимент.
- исследование
- поиск

Формы деятельности:

При реализации программы используются *групповые, парные и индивидуальные формы работы*, основным элементом которых является *игровая педагогика*.

### Календарно – тематическое планирование

№ п/п	№ по теме	Дата		Тема занятия
		По плану	Фактически	
				<b>Какой я? Я не похож на других – 2 часа.</b>
1.	1.			Путешествие в тайну моего рождения.
2.	2.			На кого я похож? Чем хочу заниматься? Исследовательская деятельность - найди похожее вокруг себя.
				<b>Гигиена - 9 часов.</b>
3.	1.			Гигиена. Советы доктора Воды. Вода и мыло. Почему мы простужаемся?
4.	2.			Способы профилактики инфекционных заболеваний. Простейшие способы закаливания.
5.	3.			Какая у меня кожа? Травмы и заболевания кожи: ожоги, сыпь, воспаления. Правила ухода за кожей.
6.	4.			<u>Уход за руками и ногами.</u>
7.	5.			Устройство человеческой ладони. Большой палец и его роль. Массаж пальцев.
8.	6.			Глаза – главные помощники человека. Что может случиться с глазами и зрением? Как беречь глаза? Гимнастика для глаз.
9.	7.			Экскурсия в мед.пункт
10.	8.			Как беречь уши? Самомассаж ушей. Тренировка слуха.
11.	9.			Практическое занятие с гигиеническими принадлежностями, самомассаж. Инструктаж по безопасности на воде.
				<b>Что у меня внутри? - 10 часов</b>
12.	1.			Из чего я состою? Чего во мне больше? <u>Зубы</u> . Почему болят зубы? Чтобы зубы были здоровыми

13.	2.			Питание – необходимое условие для жизни человека. Устройство системы пищеварения человека. Вкусная и невкусная пища.
14.	3.			Здоровое меню. Белки, жиры и углеводы. Что происходит с едой во рту? Правила питания.
15.	4.			Скелет – наша опора. Для чего служит организму скелет человека? Мышцы – главные силачи. Что помогает укрепить мышцы и кости? Правила для поддержания правильной осанки.
16.	5.			Что такое кровь? Почему кровь красная? Какое сердце у меня? Как работает сердце?
17.	6.			Наши нервы. Нервные телеграфисты. Цветные проволочки для разных сообщений.
18.	7.			Зачем мы дышим? Какое бывает дыхание? Дыхательная гимнастика.
19.	8.			<u>Мозг</u> – мой главнокомандующий. Тренировка памяти и ума. Сон – лучшее лекарство.
20.	9.			Экскурсия в пищеблок. Составление меню в картинках. Рисунки, лепка полезных продуктов.
21.	10.			Работа с микроскопом и лупой по изучению состава клеток.
				<b>Правила безопасного поведения – 4 ч</b>
22.	1.			Особенности города ( посёлка) как среды обитания человека
23.	2.			Современный транспорт – зона повышенной опасности.
24.	3.			Правила поведения участников дорожного движения.
25.	4.			Железнодорожный переезд. Железная дорога.
				<b>Вредные привычки- 2 часа.</b>
26.	1.			Какие бывают вредные привычки? В чем опасность вредных привычек ? Как избавиться от вредных привычек?
27.	2.			Театрализация: « <i>Нет</i> вредным привычкам!»
				<b>Чтобы радость людям дарить, надо добрым и вежливым быть - 3 часа.</b>
28.	1.			Добрые поступки. Вежливое общение. Внимательный сын (дочь), отзывчивый и надежный друг (подруга).
29.	2.			Обсуждение «полезных советов». Чтение пословиц по теме занятий. Рисунки – портреты добрых людей.
30.	3.			Народные игры.
				<b>16 главных точек моего здоровья - 2 часа.</b>
31.	1.			16 главных точек моего здоровья. Что такое здоровье? От чего зависит здоровье?
32.	2.			Что нужно знать и уметь, чтобы всегда быть здоровым Здравствуй, доктор Айболит!
				<b>Итоговое занятие.- 2 часа.</b>
33.	1.			Путешествие в Страну Здоровья
34.	2			Путешествие в Страну Здоровья