

Аннотация

к программе по внеурочной деятельности "Уроки здоровья» для 1-4 классов.

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Уроки здоровья» составлена на основе:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373 (в редакции Приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 г. № 1241, от 22.09.2011 г. № 2357, от 18.12.2012 г. № 1060, от 29.12.2014 г. № 1643, от 18.05.2015 г. №507);
3. Письма Минобрнауки России от 14.12.2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
4. Письма Минобрнауки РФ №03-296 от 12.05.2011г. "Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования";
5. Приказа Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1015 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
6. Приказа Министерства образования и науки РФ от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (ред. от 05.07.2017).
7. Письма Минобрнауки России от 07.08.2015 N 08-1228 "О направлении рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по вопросам введения федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования").
8. Учебный план ГБПОУ «МССУОР № 1» Москомспорта на 2019-2020 год .
9. Годового календарного графика ГБПОУ «МССУОР № 1» Москомспорта на 2019 - 2020 учебный год.
10. Авторской программы «135 уроков здоровья, или Школа докторов Природы» Л. А.Обуховой , Н. А. Лемяскиной .

Программа «Уроки здоровья» рассчитана на 4 года обучения в объеме 135 часов: 1 класс – 33 часа в год, 2-4 классы – 34 часа в год. Занятия проводятся один раз в неделю.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формированию установок на ведение здорового образа жизни. Не нужно делать большой акцент на сами вредные привычки. Главное – приобщить детей к

здоровому образу жизни. Дети младшего школьного возраста наиболее восприимчивы к обучающему воздействию, поэтому целесообразно использовать школу для обучения детей здоровому образу жизни. Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками, которые входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Для формирования привычки к здоровому образу жизни младших школьников необходима совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой, администрацией школы.

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 «Уроки здоровья».

Цель программы: 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:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

Особенности программы.

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.

Занятия носят научно-образовательный характер.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. «135 уроков здоровья, или Школа докторов Природы» Л. А.Обуховой , Н. А. Лемяскиной для 1-4 классов. Москва, Вако
2. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.
3. Асвинова Т.Ф., Литвиненко Е.И. Программа школьной валеологии - реальный путь первичной профилактики.
4. Герасименко Н. П. Помоги сам себе.

5. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России
6. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования.
7. Виноградова Н.Ф. Окружающий мир, 2 кл. Учебник
8. Гостюшин А.В. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 1-4 кл.
9. Гринченко И.С. Игра в теории, обучении, воспитании и коррекционной работе.
10. Сизанова А.И. и др. Безопасное и ответственное поведение: Цикл бесед, практических и тренинговых занятий с учащимися . Мн.: «Тесей»
11. Соковня-Семёнова Н.Н. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь
12. Энциклопедический словарь юного биолога /Сост. М.Е.Аспиз.
13. Энциклопедический словарь юного спортсмена /Сост. И.Ю, Сосновский

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Телевизор
2. DVD – плеер
3. Проектор.
4. Интерактивная доска.
5. Лазерный принтер.
6. Цветной принтер.
7. Сканер.
8. Компьютер.