**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Займо-Обрывская средняя общеобразовательная школа**

**Азовского района**

Утверждаю:

Директор МБОУ Займо-Обрывской

СОШ Азовского района

Приказ от «26» августа 2018 г. № 63

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.А. Грибкова

М.П

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**кружка**

внеурочной **деятельности по социальной работе**

**«Школа доктора Айболита»**

(указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)

**Начальное общее образование, 4 класс**

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

**Количество часов 34 ч**

Учитель **Скрипаленко Инна Владимировна**

(ФИО)

Программа разработана на основе

авторской программы «135 уроков здоровья, или школа докторов природы» Л. А. Обуховой, Н. А. Лемяскиной, О. Е. Жиренко для 1-4 классов.

с. Займо-Обрыв

2018 г.

**Пояснительная записка**

В современном мире такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека приобретают особое значение. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Здоровье закладывается в детские годы. Известно, что начальный этап систематического обучения является наиболее ответственным периодом в жизни ребенка и во многом определяет как успешность дальнейшего обучения, так и состояние здоровья. Поэтому проблема сохранения здоровья детей и привития навыков здорового образа жизни сегодня как никогда важна. Состояние здоровья детей – это показатель здоровья нации, одна из характеристик социально – экономического, духовно – нравственного, научного и культурного развития общества. Здоровьесберегающие технологии объединяют в себе все направления деятельности образовательного учреждения по формированию, сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Неконтролируемый поток рекламы (чипсов, газированных напитков, жевательных резинок, всевозможных конфет, полуфабрикатов) формирует неправильный стереотип питания у детей. Семейные традиции зачастую дают неправильное представление о питании, и в детском меню преобладают углеводы, липиды в больших количествах. А овощи, фрукты, морепродукты в малых, что приводит к неправильному питанию. Дети вырастают в таких семьях с неправильным отношением к своему здоровью.

**Актуальность:** состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов и наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается, поэтому важно в школе прививать сознательное отношение к своему здоровью. В связи с этим организован кружок «Школа доктора Айболита».

**Цель данного курса:** 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.

Реализация данной деятельности предполагает решение следующих **образовательных и воспитательных задач:**

- формирование и развитие представления детей о здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;

- формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укрепления здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;

- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;

- информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем;

- развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;

- развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;

- просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей и подростков.

**Кружок построен на основе следующих принципов:**

- доступности (учет возрастных и индивидуальных особенностей познавательной деятельности детей младшего школьного возраста);

- наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов);

- научности (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);

- демократичности (взаимодействие педагога и ученика в социуме);

- актуализации знаний и умений (учебные ситуации предлагаются с точки зрения потребностей младших школьников);

- деятельностной основы процесса обучения (мотивация и удовлетворение потребности детей данного возраста в игре и эмоционально-наглядной опо

**Новизна** выбранной темы состоит в создании целостной практической системы воспитания здорового образа жизни обучающихся начальной школы для глубоко понимания и целостного обобщения.

**МЕСТО КУРСА В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Программа кружка «Школа доктора Айболита» по социальному направлению предназначена для учащихся 4 класса и составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся. Рассчитана на проведение 1 часа в неделю:4 класс — 34 часа в год.

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА**

Кружок «Школа доктора Айболита» формирует у детей основные представления и навыки здорового образа жизни, связанных с соблюдением режима, правил гигиены, умением выбирать полезные продукты и блюда.

Преимущество курса заключается в том, что его материал носит практико-ориентированный характер, актуален для детей. Всё, что они узнают и чему учатся на занятиях, могут применить на практике уже сегодня.

Кружок «Школа доктора Айболита» предполагает активное участие и максимальное вовлечение детей начальных классов в поисковую работу и решение вопросов по здоровому образу жизни.

Курс носит интерактивный характер, стимулирующий непосредственное участие школьников в процессе обучения, пробуждающий интерес и желание соблюдать правила ЗОЖ. Для организации процесса обучения используются различные типы игр (ролевые, ситуационные), создание проектов, проведение мини-тренингов, дискуссий. Большое значение уделяется самостоятельной творческой деятельности школьников (поиску новой информации, подготовке заданий).

Одно из важнейших условий эффективного проведения данной деятельности — это просветительская работа с родителями. Поэтому часть заданий ориентирована на совместную деятельность детей и взрослых. Родители также участвуют в подготовке и проведении различных мероприятий — праздников, конкурсов, викторин.

**Формы работы:**

- Групповая работа. Работа в парах (сюжетно-ролевые игры, игры с правилами, образно-ролевые игры, дискуссии).

- Фронтальная работа – это работа со всеми обучающимися. Учитель предлагает беседу, рассказ, историю, чтение статей, информационный материал. Такая форма работы требует устойчивого внимания и заинтересованность учащихся.

- Индивидуальная работа – большое значение имеет для обработки практических навыков и умений, ответы на вопросы анкеты, проблемные задания, выполнение санитарно-гигиенических требований.

**Методы:**

- Репродуктивный – (беседа, вопросы, тесты, анкетирование).

- Проблемный

-Частично-поисковый – (творческие задания: Режим для моей семьи. Любимые блюда мамы. Чем тебя накормит лес).

- Объяснительно-иллюстративный.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КУРСА**

**Личностные** **результаты** формирования здорового образа жизни:

* формирование позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре;
* установка на здоровый образ жизни: формирование желания быть здоровым душой и телом; стремиться сохранить своё здоровье, применяя знания и умения.
* приобретение навыков самосовершенствования при получении знаний о том, от чего зависит наше здоровье;
* овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
* принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование лич­ностного смысла учения;
* развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
* формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
* развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопере­живания чувствам других людей;
* развитие навыков сотрудничества со взрослыми и свер­стниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
* формирование установки на безопасный, здоровый об­раз жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

**Метапредметные** **результаты**:

* организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* овладение логическими действиями сравнения, анализа, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха;
* овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты**:

* планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
* представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
* характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
* взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
* выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
* выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
* расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма;
* освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;
* освоение доступных способов изучения объектов природы и обще­ства, а именно: наблюдение, измерение, опыт, сравнение, клас­сификация.

В результатеизучения программы «Школа доктора Айболита»

**Выпускник научится:**

* различать полезные и вредные для здоровья поступки; привычки, укрепляющие здоровье;
* познавать самого себя и свои возможности; черты характера людей; причины неуверенности в себе; интересные и безопасные способы времяпрепровождения; качества, достойные уважения; качества важные для дружбы;
* рассуждать о вредном влиянии табака, алкоголя и наркотиков на здоровье и последствия их употребления.

**Выпускник получит возможность научиться:**

* принимать решения в опасных ситуациях;
* избегать неприятных чувств;
* оценивать себя;
* неагрессивно отстаивать свои позиции;
* проявлять доброту, милосердие;
* говорить «нет» в опасных ситуациях;
* критически относится к употреблению табака, алкоголя, наркотиков.

**II. СОДЕРЖАНИЕ КРУЖКОВОЙ РАБОТЫ**

**«Школа доктора Айболита»**

**Человек и его здоровье** **(9ч)**

*Что такое здоровье (1ч).*

Слово учителя. Практическая работа. Встреча с медсестрой. Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Творческое задание «Здоровье – это…»

*Наше здоровье. Что такое эмоции (1ч).*

Практическая работа. Работа со словарём. Игры «Кто больше знает?», «Продолжи предложение». Оздоровительная минутка. Игра «Твоё имя».

*Наше здоровье. Чувства и поступки (1ч).*

Работа со стихотворением Дж. Родари. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Творческая работа в тетради.

*Наше здоровье. Стресс (1ч).*

Рассказ учителя. Словарная работа. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Заучивание слов.

*Как помочь сохранить здоровье. Учимся думать и действовать (1ч).*

Повторение. Чтение и анализ стихотворений. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Что? Зачем? Как?»

*Учимся находить причину и последствия событий (1ч).*

Игра «Почему это произошло?» Работа с пословицами. Оздоровительная минутка. Игры «Назови возможные последствия», «Что? Зачем? Как?»

*Учимся уметь выбирать (1ч).*

Анализ сказки. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Комплимент».

*Я принимаю решение. Что зависит от моего решения?(1ч).*

Практическая работа по составлению правил. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Психологический тренинг. Работа со стихотворением Б. Заходера «Что красивей всего?»

*Я отвечаю за свое решение (1ч).*

Практическая работа. Анализ ситуации. Оздоровительная минутка. Игры «Что я знаю о себе», «Продолжите предложение».

**Профилактика пагубных привычек младших школьников (12ч)**

*Злой волшебник – табак. Что мы знаем о курении (1ч).*

Игра «Волшебный стул». Встреча с медработником. Работа над пословицами. Беседа по сказке. Оздоровительная минутка. Это интересно! Творческая работа.

*Почему некоторые привычки называют вредными. Зависимость (1ч).*

Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Странные вещи». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Это полезно знать! Игра «Давай поговорим».

*Умей сказать «нет» (1ч)*

Анализ ситуации. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игры «Давай поговорим», «Что? Зачем? Как?».

*Как сказать «нет» (1ч)*

Игра «Зеркало и обезьяна». Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Продолжите предложение». Толкование пословиц. Психологический тренинг.

*Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ (1ч)*

Работа со стихотворением А. Костецкого «Я всё люблю, что есть на свете…» Игра «Комплимент». Оздоровительная минутка. Рассказ учителя. Работа с плакатом «Дерево решений». Практическая работа.

*Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения (1ч)*

Анализ ситуации. Игра «Выбери правильный ответ». Оздоровительная минутка. Работа с деревом решений. Творческая работа.

*Помоги себе сам. Волевое поведение (1ч)*

Рассказ учителя. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Игра «Сокровища сердца». Психологический тренинг.

*Злой волшебник – алкоголь (1ч)*

Встреча с медработником. Коллективное рисование. Это интересно! Оздоровительная минутка. Игра «Беседа по кругу». Это полезно помнить!

*Алкоголь – ошибка (1ч)*

Работа над стихотворением. Анализ ситуации в басне С. Михалкова «Непьющий воробей». Игра «Выбери ответ». Оздоровительная минутка. Это полезно помнить! Психологический тренинг.

*Алкоголь – сделай выбор (1ч)*

Беседа по теме. Игра «Список проблем». Оздоровительная минутка. Творческая работа с деревом решений. Психологический тренинг.

*Злой волшебник – наркотик (1ч)*

Анализ ситуации. Рассказ учителя. Встреча с медработником. Оздоровительная минутка. Правила безопасности. Творческая работа. Игра «Давай поговорим».

*Наркотик – тренинг безопасного поведения (1ч)*

Игра «Пирамида». Повторение правил. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Игра «Давай поговорим». Психологический тренинг.

**Я выбираю здоровье! (13ч)**

*Мы – одна семья. Мальчишки и девчонки (1ч)*

Беседа по теме. Игра «Противоположности». Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Если был бы я девчонкой…» Творческая работа.

*Моя семья (1ч)*

Защита рисунков. Анализ ситуации в рассказе К.Д.Ушинского «Сила не право». Оздоровительная минутка. Чтение и анализ стихотворения. Игра «Продолжи предложение».

*Дружба (1ч)*

Игровое занятие с любимыми героями. Разыгрывание ситуаций.

*День здоровья (1ч)*

Открытие праздника. Игры и соревнования.

*Умеем ли мы правильно питаться (1ч)*

Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». Это интересно! Отгадывание загадок. Оздоровительная минутка «Вершки и корешки». Инсценировка «Спор овощей». Игра «Какие овощи выросли в огороде?» Встреча с Доктором Айболитом.

*Я выбираю кашу (1ч)*

Игра «Пословицы запутались». Это интересно! Игры «Отгадай-ка», «Затейники». Оздоровительная минутка «Зёрнышко». Конкурс «Самая вкусная и полезная каша» Игра «Угадай сказку».

*Чистота и здоровье (1ч)*

Праздник чистоты с Мойдодыром. Инсценировка. Игра «Три движения».

*Игра-путешествие «Откуда берутся грязнули» (1ч)*

Остановка на станции «Грязнулька». Анализ ситуаций в стихотворении Л.Яхнина «Жил на свете мальчик странный…», Э.Успенского «Очень страшная история». Это полезно помнить! Работа со стихотворением.

*Чистота и порядок (продолжение путешествия) (1ч)*

Работа с пословицами и поговорками. Игра «Угадай». Оздоровительная минутка. Работа со стихотворениями.

*Будем делать хорошо и не будем плохо (1ч)*

Беседа по теме. Работа с пословицами. Высказывания о доброте. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Это интересно! Чтение и анализ стихотворений.

*КВН «Наше здоровье» (1ч)*

*Урок-праздник «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу» (1ч)*

*Будем здоровы! (1ч)*

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Кол-во часов |
| 1 | Что такое здоровье? | 1 |
| 2 | Что такое эмоции? | 1 |
| 3 | Чувства и поступки | 1 |
| 4 | Стресс | 1 |
| 5 | Учимся думать и действовать | 1 |
| 6 | Учимся находить причину и последствия событий | 1 |
| 7 | Умей выбирать | 1 |
| 8 | Принимаю решение | 1 |
| 9 | Я отвечаю за свои решения | 1 |
| 10 | Что мы знаем о курении | 1 |
| 11 | Зависимость | 1 |
| 12 | Умей сказать НЕТ | 1 |
| 13 | Как сказать НЕТ | 1 |
| 14 | Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ? | 1 |
| 15 | Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения | 1 |
| 16 | Волевое поведение | 1 |
| 17 | Алкоголь | 1 |
| 18 | Алкоголь – ошибка | 1 |
| 19 | Алкоголь – сделай выбор | 1 |
| 20 | Наркотик | 1 |
| 21 | Наркотик – тренинг безопасного поведения | 1 |
| 22 | Мальчишки и девчонки | 1 |
| 23 | Моя семья | 1 |
| 24 | Дружба | 1 |
| 25 | День здоровья | 1 |
| 26 | Умеем ли мы правильно питаться? | 1 |
| 27 | Я выбираю кашу | 1 |
| 28 | Чистота и здоровье | 1 |
| 29 | Откуда берутся грязнули? | 1 |
| 30 | Чистота и порядок | 1 |
| 31 | Будем делать хорошо и не будем плохо | 1 |
| 32 | КВН «Наше здоровье» | 1 |
| 33 | Я здоровье берегу – сам себе я помогу. | 1 |
| 34 | Будьте здоровы! | 1 |

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА**

***Первый уровень результатов*** – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

***Второй уровень результатов*** – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

***Третий уровень результатов*** – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно *становится* (а не просто *узнает о том, как стать*) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постепенным, что должно учитываться при организации воспитания и социализации младших школьников.