

Краснодарский край, Кущёвский район, ст. Кущёвская  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 16

УТВЕРЖДЕНО  
решение педсовета протокол № 1  
от 31 августа 2011 года  
Председатель педсовета  
\_\_\_\_\_ О.Н.Шелест  
Подпись, печать ОУ Ф.И.О.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **Спортивно-оздоровительное направление**

---

(Тип программы: ориентированные на достижение результатов определенного уровня/  
По конкретным видам внеурочной деятельности)

### **Кружок**

---

(Кружок, факультатив, научное объединение и пр.)

### **«СПАСАЙКИН»**

---

(наименование)

### **4 года (второй год обучения)**

---

(срок реализации программы)

### **6-10 лет**

---

(Возраст обучающихся)

### ***Кириллова Татьяна Николаевна***

---

(Ф.И.О. учителя, составителя)

## Пояснительная записка

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть дано 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, в том числе влияние вредных привычек.

Психическое и физическое самочувствие человека, его настроение, деловая активность в решающей степени зависят от его здоровья.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание нового поколения россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит, понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). 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 формирование 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 коммуникативности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве. Работа начинается с 1 класса и рассчитана на весь курс начальной школы.

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

Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе.

Составлена программа с учетом Базисного плана школы на основе авторской программы «Уроки здоровья» Актаевой Тамары Викторовны, учителя начальных классов.

Срок реализации авторской программы – 4 года.

В связи с учетом Базисного учебного плана школы количество часов рассчитано на один час в неделю, поэтому количество часов, отводимое на изучение разделов, сокращено на один час. Программа составлена на второй год обучения, количество часов составляет - 34 ч.

Отличительных особенностей по сравнению с программой нет.

### Цель курса

Главной целью подготовки обучающихся по основам безопасности жизнедеятельности является:

- подготовка человека к успешным действиям по обеспечению безопасности личности;
- развитие бдительности, осмотрительности, разумной осторожности и педагогической ориентированности (установки) на выявление и принятие во внимание различных негативных факторов при оценке угроз и опасностей, и преодолении их трудностей;
- повышение уровня своих знаний и навыков в обеспечении безопасности жизнедеятельности, уверенности в успешном преодолении трудностей, веры в успех при столкновении с опасными и неадекватными ситуациями;
- формирование у школьников основ осознанного отношения к организации безопасного взаимодействия с окружающим миром во всем многообразии его проявлений необходимо:
  - *научить детей быть внимательными на дорогах;*
  - *научить детей быть здоровыми душой и телом;*
  - *стремиться творить свое здоровье, применяя знания и умения с законами бытия.*
  -

### **Задачи курса**

1. Изучение и совершенствование знаний Правил дорожного движения у детей.
2. Стремление сформировать индивидуальную систему поведения детей в повседневной жизни и различных опасных ситуациях.
3. Выработка наиболее оптимального безопасного стиля поведения детей в различных жизненных ситуациях, чтобы максимально способствовать снижению отрицательного влияния «человеческого фактора» на свою безопасность и окружающих людей.
4. Углубленное знакомство с природными компонентами, взаимосвязями, процессами, изучение их роли в жизни человеческого общества.
5. Привитие трудовых навыков в практической работе по личной безопасности.
6. Формирование установок на совместные, согласованные действия при попадании в опасные ситуации в составе группы, а также навыков и умений совместных действий, оказания само- и взаимопомощи.
7. Формирование привычек, навыков, умений, обеспечивающих успешные действия при решении вопросов личной и общественной безопасности, умение систематизировать знания по вопросам безопасности жизнедеятельности и эффективно применять их в повседневной жизни.
8. Усовершенствование знаний, привычек и умений, приобретенных на уроках.
9. Расширение мировоззрения учащихся.
10. Развитие их творческих способностей, самостоятельности, эстетичных вкусов.
11. Воспитание любви и уважения к людям своего родного края и страны, языку который изучается.

### **Ожидаемые результаты**

1. Воспитание бережного отношения к собственному здоровью.
2. Владение навыками здорового образа жизни, выполнение правил безопасного поведения на улицах города, на дорогах, на природе, в повседневной жизни; жить в гармонии с собой и окружающим миром;
3. Повышение уровня здоровья.
4. Установка на здоровый образ жизни и реализация её в реальном поведении и поступках.

**Учебно-тематический план кружка «Спасайкин»  
Основные требования к знаниям, умениям и навыкам  
учащихся 1-4 классов по программе «Спасайкин»**

№	Наименование разделов, блоков, тем	Тема	Всего часов	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
				Аудиторные	Внеаудиторные	
1.	<b>Безопасное поведение на дорогах (6 часов)</b>	1.1. Части дороги, переход улицы.	1		1	Знать правила безопасного поведения на улицах.
		1.2. Светофор.	1		1	Иметь навыки перехода дороги только на зеленый свет
		1.3. Урок-экскурсия на дорогу со светофором	1		1	Иметь навыки перехода дороги только на зеленый свет
		1.4. Дорожные знаки. Опасность на проезжей части.	1		1	Иметь представление об основных знаках дорожного движения. Уметь переходить улицу по пешеходному переходу, не нарушая правил поведения на дорогах
		1.5. "Островок безопасности"	1	1		Иметь представление о сложности движения на перекрестках
		1.6. Сложный перекресток.	1		1	Уметь переходить улицу
2.	<b>Безопасность в повседневной жизни (7 часов)</b>	2.1. Безопасность на водоемах	1		1	Должны освоить правила поведения на водоемах..
		2.2. Безопасность на льду.	1		1	Должны освоить правила поведения на льду.
		2.3. Безопасность при общении с незнакомыми людьми.	1	1		правила поведения, когда рядом опасные люди, знать возможные выходы из опасной ситуации.
		2.4. Безопасность при общении с электроприборами.	1		1	Должны уметь звать на помощь при экстремальных ситуациях
		2.5. Безопасность при обращении со острыми, колющими, режущими предметами.	1		1	Уметь оказывать себе и другим первую помощь
		2.6. Безопасность при	1	1		Вызывать экстренную

		обращении сбытовыми химикатами				помощь, знать номера 01,02,03,04
		2.7.Оказание первой помощи	1	1		Уметь оказывать себе и другим первую помощь
<b>3</b>	<b>Охраняя природу - сохраняем себя (5 часов)</b>	3.1.Что такое экология?	1		1	Уметь различать ядовитые и съедобные грибы, лекарственные растения;
		3.2. Правильное поведение на природе.	1		1	Должны освоить правила поведения на воде
		3.3.Ядовитые и съедобные грибы.	1	1		Уметь различать ядовитые и съедобные грибы
		3.4.Лекарственные растения	1	1		Уметь различать лекарственные растения
		3.5. Оказание первой помощи на природе.	1		1	Уметь оказывать первую помощь при укусе животных, насекомых, при ушибах растяжениях, переломах, при переохлаждении, при солнечном и тепловом ударе.
<b>4.</b>	<b>Стройная спина (3 часа)</b>	4.1. Значение правильной осанки.	1		1	Знать о правильной осанке; уметь следить за своей осанкой.
		4.2.Упражнения для сохранения и исправления осанки.	1		1	Знать упражнения для сохранения правильной осанки.
		4.3.Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.	1		1	Понимать значение физкультуры и спорта для здоровья человека.
<b>5</b>	<b>Красивая улыбка (3часа)</b>	5.1 Правило ухода за зубами.	1	1		Знать правила ухода за зубами и соблюдать эти правила.
		5.2 Строение зубов. Как уберечь зубы.	1		1	Знать как уберечь зубы от кариеса и других повреждений
		5.3 Здоровые зубы- здоровый организм.	1	1		Соблюдать правила личной гигиены
<b>6</b>	<b>Правильное питание (2часа)</b>	6.1 Пища и ее значение для организма	1	1		Знать о значении пищи для организма
		6.2 Пищеварительные органы.	1	1		Знать строение пищеварительной системы
<b>7</b>	<b>Пожарная безопасность</b>	7.1. Пожары в	1	1		Знать наиболее распространенные причины

	<b>(3 часа)</b>	повседневной жизни.				пожаров в быту.
		7.2.Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты людей	1	1		Соблюдать правила пожарной безопасности.
		7.3.Обеспечение личной безопасности при пожарах.	1		1	Знать правила безопасного поведения при пожаре в общественных местах
<b>8</b>	<b>Я и мир вокруг меня (3 часа)</b>	6.1. Я и общество.	1	1		Должно быть сформировано позитивное отношение к другим людям.
		6.2.Какие мы похожие и разные. Наши эмоции. Управление эмоциями	1	1		Уметь давать устную характеристику основных эмоциональных состояний.
		6.3.Личная гигиена.	1		1	Уметь соблюдать правила личной гигиены.
<b>9.</b>	<b>Вредные привычки (2 часа)</b>	7.1. Ты и твоё здоровье.	1		1	Должны знать части своего тела и их функции.
		7.2. Вредные привычки	1	1		Получить представление о том, что наркомания, алкоголизм, курение, токсикомания- это болезнь.
	<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	

**Формы проведения** уроков соответствуют возрастным особенностям младших школьников – это занимательные беседы, игры, оздоровительные минутки, кроссворды, экскурсии.

### Список использованной литературы

1. «Педагогика здоровья», программа и методическое руководство для учителей начальной школы, М., 1999год.
2. «Школа докторов природы или 135 уроков здоровья», Л.А.Обухова, Н.А.Лемякина, М., 2005год,
3. «Уроки Мойдодыра», Г.Зайцев, Санкт-Петербург, 1996 год.
4. «50 уроков здоровья», Н.Коростелев, М., 1991 год.
5. *Потапова, Л.М.* Детям о природе. Экология в играх для детей 5—10 лет: популярное пособие для родителей и педагогов / Л.М. Потапова. — Ярославль : Академия развития; Академия Холдинг.
6. *Дурейко, Л.И.* Природа и здоровье. Подготовительный класс: учеб.-метод. пособие для учителей. — 3-е изд. / Л.И. Дурейко. — Минск: Тесей, 2003.

7. *Конюшко, В.С.* Природа служит человеку / В.С. Конюшко, СЕ. Повлюченко. — Минск : Народная асвета
8. *Черняк, Л.В.* Экологическое образование и воспитание школьников на уроках биологии: метод, рекомендации / Л.В. Черняк, В.А. Бахарев, С.С. Маглыш. — Минск :ТетраСистемс.
9. *Приходько, С.Н.* Цветы в квартире. — 2-е изд., доп. / С.Н. Приходько, М.В. Михайлова. — К. : Урожай, 1992
10. *Добрая дорога детства*, Всероссийская газета, г. Москва
11. *Путешествие на зеленый свет или школа юного пешехода*, г. Москва, издательство «Кедр»
12. *Растение «Я познаю мир»*, Москва ТКО «Аст», 1996г.
13. *Энциклопедия Декоративных растений умеренной зоны*, Москва институт технологических исследований, 1997г.
14. *Энциклопедия выживания*. Борис Кудряшов. «Один на один с природой», Краснодар, «Советская Кубань» 2001г.
15. *Детская энциклопедия «Экологическими тропами»*, Москва
16. *Детская энциклопедия «Ребенок в городе»*, Москва.
17. *Журнал «Спасайкин»*, Краснодар.
18. *Видеофильмы по курсу обучения, « Чрезвычайные приключения Юли и Ромы»*, пособие для проведения занятий (классных часов) по курсу ОБЖ в начальной школе.

**Описание  
материально-технического обеспечения образовательного процесса.**

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1	<b>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>	
2	1. Журнал «Спасайкин».	24
	2. Энциклопедия выживания. Борис Кудряшов. «Один на один с природой».	1
	3. Детская энциклопедия «Экологическими тропами».	1
	4. Детская энциклопедия «Ребенок в городе».	1
3	<b>Экранно-звуковые пособия</b>	
	Видеофильмы по курсу обучения «Чрезвычайные приключения Юли и Ромы»	3
4	<b>Технические средства обучения</b>	
	Презентации по темам	15
5	<b>Оборудование класса</b>	
	Мультимедийный проектор.	1
	Компьютер.	1

Согласовано  
на заседании методсовета  
Протокол № 1  
от 19 августа 2011г.  
\_\_\_\_\_Кириллова Т.Н.

Согласовано  
заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_Скрипникова Н.В.  
31 августа 2011 г.