

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Начальная общеобразовательная школа № 1»

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УВР
МАОУ «НОШ № 1»

Директор

МАОУ «НОШ №1»

 Н. А. Розанова

 Г.И. Милованова

от «01» 10 2022 г.

от «01» 10 2022 г.

Программа инновационной образовательной практики

краткосрочный курс

«Азбука здоровья»

2 а класс

2022-2023 учебный год

Разработчик:

учитель начальных классов

Нахалова Татьяна Александровна

Г. Губаха

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

программы краткосрочного курса «Азбука здоровья».

Продолжаем изучать окружающий мир вокруг нас и узнаем о себе и своём здоровье. Следующий краткосрочный курс называется «Азбука здоровья». Выбор курса обусловлен интересом школьников к себе, своим физиологическим возможностям. Очень важно в 8 лет научить ребят внимательно относиться к своему здоровью, знать из чего складывается здоровый образ жизни, уметь самостоятельно принимать решения в пользу здоровья. Изучить строение своего тела и его возможности. Родители стали больше доверять второклассникам, многие дети самостоятельно пребывают дома до прихода родителей. А это значит, что необходимо соблюдать режим дня, правильно питаться, выполнять уроки, уметь понимать свои желания, развивать произвольность поведения. Понимать, что опасно, а что укрепляет здоровье.

Очень важно показать школьникам, что разумное отношение к своему здоровью, даёт возможность саморазвития и улучшения своей эффективности в учёбе и труде.

Данный курс актуален ещё и потому, что скоро наступят летние каникулы, дети отправятся в лагеря, большую часть времени будут самостоятельно проводить дома. А значит знания, которые получают ребята, на краткосрочном курсе, могут использоваться, чтоб отдых был безопасным и эффективным: умение организовать игровую деятельность, приготовить незамысловатые обеды, питаться вовремя и сбалансировано, содержать в порядке свою одежду, жилище и т.д.

Курс способен обучить ребят практическим навыкам, которые будут использоваться ими в повседневной жизни.

Цель курса: изучение и применение основных правил здорового образа жизни.

Задачи:

- развивать задатки исследовательского подхода к изучению окружающего мира;
- побуждать к здоровому образу жизни;
- обучать навыкам профилактики личного здоровья;
- развивать мотивацию к познанию и творчеству.

Направление работы, в рамках которого реализуется программа курса:

Инновационная образовательная программа «Развитие модели естественнонаучного образования младших школьников (Малая Академия естественных наук) посредством общего и дополнительного образования».

Категория учащихся, для которых предназначена данная программа:

- обучающиеся 2 класса (8, 9 лет).

Условия:

- принимает участие весь класс (25 человек). Использование Интернет ресурсов <https://youtu.be/GPw0w93-Xhs> , посещение парка «Гагарина», участие в мастер – классах, посещение «Chicken», практическая деятельность на каждом уроке. Предусматривается работа в группах по 10 человек. КТД. Диалог. Предвосхищение результата.

Время проведения: внеурочная деятельность, 45 минут.

Количество часов: 7.

Ожидаемый результат реализации программы:

Познавательные:

- умение наблюдать и делать простой вывод;

- изучение способов сохранения здоровья;
- умение осуществлять анализ с выделением существенных и несущественных признаков.

Регулятивные:

- умение сохранять учебную цель, заданную учителем.

Коммуникативные:

- умение задавать вопросы;
- умение сотрудничать в группах.

Для отслеживания результатов предусматривается следующая форма контроля:

выступление агитбригады перед обучающимися 1-х классов, мы за здоровый образ жизни.

Тематическое планирование:

№	Тема	Содержание
1.	Вводное занятие. «Азбука здоровья»	Введение в тему занятия. Дискуссия «Составляющие здоровья». Планирование тем для изучения. Сообщения «Здоровый образ жизни в моей семье». Строение тела человека – медиатехнология
2.	Я то, что ем	Здоровое питание. Пищеварительная система человека – мультимедиа. Мастер-класс по изготовлению полезных завтраков.
3.	За и против фастфуда.	Экскурсия в «Chicken», посещение кухни, узнали, как жарится картошка фри. Мастер-класс по изготовлению собственного Чисбургера. Дискуссия о вреде и пользе фастфуда.
4.	Быть активным, сильным и красивым	Мышечная ткань человека – мультимедиа. Укрепление мускулатуры. Танцы, физкультминутки, соревнования, занятия спортом.
5.	В здоровом теле, здоровый дух	Костная ткань человека – мультимедиа. Игры на свежем воздухе. Техника безопасности, укрепление костной ткани.
6.	Моя книжная полка	Знакомство одноклассников с энциклопедиями, книгами, брошюрами о ЗОЖ. ЗОЖ в стихах – конкурс чтецов.
7.	Выступление агитбригады. «МОЯ жизнь – ЗОЖ»	Итоговое занятие. Выступление перед обучающимися 1-х классов.

Необходимое ресурсное обеспечение реализации программы:

1. Как устроен человек?: книжка с окошками – Ростов-н/Д: ХГМ ГРУПП, 2020. – 14 с.: илл – (Книжка с окошками)
2. Почему бьётся сердце? Анатомия для детей: книжка на пружине – Ростов н/Д: ХГМ ГРУПП, 2019 – 14 с.: илл – (Энциклопедия)
3. Интернет ресурсы: <https://youtu.be/GPw0w93-Xhs>
4. Мультимедийное оборудование.