

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОРАДНЕНСКИЙ МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»**

**Рецензия**

**на авторскую программу курса внеурочной деятельности  
«Неболей-ка» для учащихся 5-х классов,  
разработанную Еленой Ивановной Волошиной,  
учителем биологии МБОУ ООШ № 21**

Здоровье человека — тема всегда актуальная, а в XXI веке она стала первостепенной, потому, что состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением основного общего образования. Большинство педагогов считает, что сохранением и укреплением здоровья учащихся в школе должны заниматься профессионалы-врачи. Однако объективный анализ школьных факторов риска подтверждает, тот факт, что большинство проблем со здоровьем учащихся создается и решается в школе, т.е. связано с профессиональной деятельностью учителей. Поэтому именно учителю необходимо искать все возможные способы для сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Рецензируемая авторская программа внеурочной деятельности «Неболей-ка» (далее - Программа) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Целью Программы автор предполагает обеспечение детей набором знаний, необходимых для сохранения собственного в период обучения в школе.

Программа внеурочной деятельности содержит все необходимые структурные части: планируемые результаты внеурочной деятельности; содержание внеурочной деятельности с указанием форм ее организации; тематическое планирование, в том числе с учетом программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

Содержание Программы соответствует целям и задачам, поставленным в ООП ООО МБОУ ООШ № 21. В Программе указаны возраст обучающихся и сроки её реализации.

Рецензируемая Программа внеурочной деятельности построена на следующих принципах:

научность – опора на анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников;

доступность – содержание курса соответствует возрастным особенностями учащихся 5-х классов;

системность – содержание, формы и основные принципы курса взаимосвязаны. При этом необходимо выделить практическую направленность курса.

Методическое обеспечение Программы содержит описание педагогических принципов, рекомендуемых форм и методов занятий.

Программа обеспечена методической литературой, учебно-методическим материалом, автором рекомендованы образовательные ресурсы сети Интернет в качестве дополнительного источника информации.

Программа внеурочной деятельности «Неболей-ка» апробирована в МБОУ ООШ № 21 в течение 3 лет, рассмотрена и одобрена членами РМО учителей биологии и может быть предложена для использования во внеурочной деятельности в ОУ Отрадненского района.

31.05.2024 г.

Рецензенты:

Методист муниципального казённого образовательного учреждения дополнительного профессионального образования «Отрадненский методический центр»

Г.А. Постникова

Директор муниципального казённого образовательного учреждения дополнительного профессионального образования «Отрадненский методический центр»



Е.А.Марков

**Краснодарский край**  
**Муниципальное образование Отрадненский район**  
**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**  
**основная общеобразовательная школа № 21**

УТВЕРЖДЕНО

Решение педсовета

Протокол № 1 от 31.08.2022.

Председатель педсовета

Е.И. Волошина



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**По внеурочной деятельности «Неболей-ка»**

(указать предмет, курс, модуль)

Уровень обучения (класс): **основное общее (5класс)**

(начальное общее, основное общее, среднее (полное) общее образование с указанием классов)

Количество часов: **34**

**Волошина Елена Ивановна, учитель биологии МБОУ ООШ №21**

Программа разработана в соответствии ФГОС ООО (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897, в редакции приказа Минпросвещения России от 11.12.2020 г. № 712)

с учётом ООП ООО МБОУ ООШ №21 (31.08.2022г.), примерной программы по внеурочной деятельности

УМК: Асвинова Т.Ф., Литвиненко Е.И. Программа школьной валеологии - реальный путь первичной профилактики - 2003г.

## **1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Неболей-ка» отражают формирование следующих умений:

### **1.1 Патриотическое воспитание:**

- отношение к медицине и биологии как к важной составляющей культуры, гордость за вклад российских и советских учёных в развитие мировой биологической науки.

### **1.2 Гражданское воспитание:**

- готовность к конструктивной совместной деятельности при выполнении исследований и проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи.

### **1.3 Духовно-нравственное воспитание:**

- готовность оценивать поведение и поступки с позиции нравственных норм и норм экологической культуры;
- понимание значимости нравственного аспекта деятельности человека в медицине и биологии.

**1.4 Эстетическое воспитание:** • понимание роли гигиены в формировании эстетической культуры личности..

### **1.5 Ценности научного познания:**

- ориентация на современную систему научных представлений об основных биологических закономерностях, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;
- понимание роли физиологической науки в формировании научного мировоззрения;

### **1.6 Формирование культуры здоровья:**

- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил и норм, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);
- осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;
- соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в природной среде;
- сформированность навыка рефлексии, управление собственным эмоциональным состоянием.

### **1.7 Трудовое воспитание:**

- активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) медицинской, биологической и экологической направленности.

### **1.8 Экологическое воспитание:**

ответственные отношения к собственному физическому и психическому здоровью, осознания ценности соблюдения правил безопасного поведения при работе с веществами, а также в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей.

### **1.9 Адаптация обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:**

- адекватная оценка изменяющихся условий;
- принятие решения (индивидуальное, в группе) в изменяющихся условиях на основании анализа биологической информации.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Неболей-ка» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### **1. Регулятивные УУД:**

Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

Проговаривать последовательность действий на уроке.

Учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, уметь 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 уроке.

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.

## **2. Содержание учебного курса**

### **1. Введение в курс (4 часов)**

Как я устроен. Удивительные превращения, которые пережил каждый. Я хочу быть здоровым. Человек в мире людей.

### **2. Питание человека (3 часа)**

Полезная и вкусная пища. Путешествие пищи. Режим питания, «Здоровое питание».

### **3. Вредные привычки (4 часов)**

Курение – это болезнь. Вред от алкоголя. Наркотики – это смерть. СПИД – чума 21 века. Инфекционные болезни. Прививки от болезней.

### **4. Физическое и психическое здоровье (4 часов)**

Движение – это жизнь. Подвижные игры. Закаливание. Мое настроение.

### **5. Познание организма человека (6 часов)**

Из чего мы сделаны. Строение зуба. Правила ухода за зубами. Правила ухода за кожей. Гимнастика для глаз. Сохраним хороший слух.

## 6. Поведение в экстремальных условиях (10 часов).

Опасное электричество. Первая помощь при ударе током. Поведение во время грозы. Тепловой удар. Укус змеи, медузы, животных. Первая помощь при ожогах, отравлении, порезах, ушибах, вывихах, переломах. Если в глаз, ухо, нос, горло попало инородное тело. Незнакомец на улице. Главные правила дорожного движения. Обобщающее занятие «Оказание первой помощи».

## 7. Итоговое повторение (3 часа).

Опасность в нашем доме. Поведение на дорогах летом. Поведение на водоемах летом. Итоговое занятие «Мое здоровье».

### 3. Тематическое планирование

Класс 5					
Раздел	Количество часов	Темы	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
1. Введение в курс	4	1. Как я устроен.	1	<b>Регулятивные УУД:</b> Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя. <b>Познавательные УУД:</b> Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. <b>Коммуникативны</b>	<b>1.1</b> <b>1.2</b> <b>1.3</b> <b>1.5</b> <b>1.6</b>
		2. Удивительные превращения, которые пережил каждый.	1		
		3. Я хочу быть здоровым.	1		
		4. Человек в мире людей	1		

				<p><b>е УУД:</b> Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.</p>	
2. Питание человека	3	<p>1. Полезная и вкусная пища.</p> <p>2. Путешествие пищи.</p> <p>3. Режим питания, «Здоровое питание».</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p><b>Регулятивные УУД:</b> Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.</p> <p><b>Познавательные УУД:</b> Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.</p> <p><b>Коммуникативные УУД:</b> Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.</p>	<p><b>1.3</b></p> <p><b>1.4</b></p> <p><b>1.6</b></p> <p><b>1.7</b></p>
3. Вредные привычки	4	<p>1. Курение – это болезнь. Вред от алкоголя.</p> <p>2. Наркотики – это смерть. СПИД – чума 21 века.</p>	<p>1</p> <p>1</p>	<p><b>Регулятивные УУД:</b> Учиться высказывать своё предположение (версию) на основе</p>	<p><b>1.1</b></p> <p><b>1.2</b></p> <p><b>1.3</b></p> <p><b>1.4</b></p> <p><b>1.6</b></p> <p><b>1.8</b></p> <p><b>1.9</b></p>

		3. Инфекционные болезни. 4. Прививки от болезней.	1 1	работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану. <b>Познавательные УУД:</b> Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей. <b>Коммуникативные УУД:</b> Слушать и понимать речь других.	
4. Физическое и психическое здоровье	4	1. Движение – это жизнь. 2. Подвижные игры. 3. Закаливание. 4. Мое настроение.	1 1 1 1	<b>Регулятивные УУД:</b> Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя. <b>Познавательные УУД:</b> Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. <b>Коммуникативные УУД:</b> Учиться выполнять различные роли в	<b>1.1</b> <b>1.3</b> <b>1.4</b> <b>1.6</b> <b>1.9</b>

				группе (лидера, исполнителя, критика).	
5. Познание организма человека	6	<p>1. Из чего мы сделаны.</p> <p>2. Строение зуба.</p> <p>3. Правила ухода за зубами.</p> <p>4. Правила ухода за кожей.</p> <p>5. Гимнастика для глаз.</p> <p>6. Сохраним хороший слух.</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p><b>Регулятивные УУД:</b> Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке</p> <p><b>Познавательные УУД:</b> Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.</p> <p><b>Коммуникативные УУД:</b> Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.</p>	<p><b>1.1</b></p> <p><b>1.3</b></p> <p><b>1.4</b></p> <p><b>1.5</b></p> <p><b>1.6</b></p> <p><b>1.8</b></p>
6. Поведение в экстремальных условиях	10	<p>1. Опасное электричество.</p> <p>2. Первая помощь при ударе током.</p> <p>3. Поведение во время грозы.</p> <p>4. Тепловой удар.</p> <p>5. Укус змеи, медузы, животных.</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p><b>Регулятивные УУД:</b> Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.</p> <p><b>Познавательные УУД:</b> Добывать новые</p>	<p><b>1.1</b></p> <p><b>1.2</b></p> <p><b>1.3</b></p> <p><b>1.6</b></p> <p><b>1.8</b></p>

		<p>6.Первая помощь при ожогах, отравлении, порезах, ушибах, вывихах, переломах.</p> <p>7.Если в глаз, ухо, нос, горло попало инородное тело.</p> <p>8. Незнакомец на улице.</p> <p>9.Главные правила дорожного движения.</p> <p>10.Обобщающее занятие «Оказание первой помощи».</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.</p> <p><b>Коммуникативные УУД:</b> Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>	
7. Итоговое повт орение	3	<p>1.Опасность в нашем доме.</p> <p>2. Поведение на дорогах летом. Поведение на водоемах летом.</p> <p>3.Итоговое занятие «Мое здоровье».</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p><b>Регулятивные УУД:</b> Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.</p> <p><b>Познавательные УУД:</b> Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.</p> <p><b>Коммуникативные УУД:</b> Умение донести свою позицию до</p>	<p><b>1.1</b></p> <p><b>1.2</b></p> <p><b>1.3</b></p> <p><b>1.4</b></p> <p><b>1.5</b></p> <p><b>1.6</b></p> <p><b>1.7</b></p> <p><b>1.8</b></p> <p><b>1.9</b></p>

				других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.	
--	--	--	--	---	--

### Литература

1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.-2002.-№5.-с.54.
2. Асвинова Т.Ф., Литвиненко Е.И. Программа школьной валеологии - реальный путь первичной профилактики.-2003.
3. Борисюк О.Л. Валеологическое образование.-2002.
4. Валеологизация образовательного процесса. Мет.пособие / Под ред. Н.И.Балакиревой.- Новокузнецк, 1999.
5. Герасименко Н. П. Помоги сам себе.-2001.
6. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
7. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования. - М.: 2004.
7. Виноградова Н.Ф. Окружающий мир, 2 кл., 3 кл.- М., 1997.
8. Гостюшина А.В. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 1-4 кл. М., 1997.
9. Зайцев Г.К. Уроки Айболита.- СПб.,-1997., Уроки Мойдодыра.- СПб.,-1996., Твои первые уроки здоровья – СПб., 1995.
10. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. СПб., 1998.
11. Гринченко И.С. Игра в теории, обучении, воспитании и коррекционной работе.-М., 2002.
12. Лаптев А.К. Тайны пирамиды здоровья.-СПб., 1995.
13. Латохина Л.И. Творим здоровье души и тела. – СПб., 1997
14. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников/ Под ред. М.М.Безруких - СПб., 1999.
15. Николаева А.П., Колесов Д.В. Уроки профилактики наркомании в школе- М., 2003.
16. Сизанова А.И. и др. Безопасное и ответственное поведение: Цикл бесед, практических и тренинговых занятий с учащимися. Мн.: «Тесей», 1998.
17. Соковня-Семёнова Н.Н. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь- М.,1997

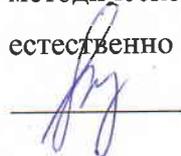
18. Татарникова Л.Г. , Захаревич Н.Б., Калинина Т.Н. Валеология. Основы безопасности ребёнка – СПб., 1997
19. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как я расту: советы психолога родителям. - М., 1996.
20. Энциклопедический словарь юного биолога /Сост. М.Е.Аспиз. – М., 1986.
21. Энциклопедический словарь юного спортсмена /Сост. И.Ю, Сосновский, А.М. Чайковский – М., 1980

СОГЛАСОВАНО

протокол заседания

методического объединения учителей

естественно – научного цикла от 30.08.2022 № 1



Е.И. Волошина

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР



О.Н. Великая

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022г.