

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Большелугская средняя общеобразовательная школа»

<p>«Рассмотрено» На заседании МО Протокол № <u>1</u> от « <u>22</u> » <u>08</u> 2020 г.</p>	<p>«Согласовано» Зам. директора по УВР <u>С.Б. Цыремпилова</u> Цыремпилова С.Б. « <u>22</u> » <u>августа</u> 2020 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор школы <u>И.С. Мандаларова</u> Мандаларова И.С. Приказ № <u>273</u> от « <u>24</u> » <u>08</u> 2020 г.</p> 
---	--	---

Рабочая программа внеурочной деятельности

по спортивно-оздоровительному направлению

«Здоровейка»

2 класс

Разработана учителем начальных классов  
Бухоголовой Татьяной Бимбаевной,  
высшая квалификационная категория

Большой Луг  
2020 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» составлена на основе:

1. Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 года № 273ФЗ (с изменениями и дополнениями)
2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. № 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования"
3. Приказа Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015 г № 1576 «О внесении изменений в ФГОС НОО»
4. Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Большелугская СОШ»
5. Базисного учебного плана МБОУ «Большелугская СОШ» на 2020-2021 учебный год

## I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Основная образовательная программа предусматривает достижение следующих результатов образования:

- **личностные результаты** — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- **метапредметные результаты** — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **предметные результаты** — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» является формирование следующих умений:

- **Определять** и **высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» - 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.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить **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 (в приложении представлены варианты проведения уроков).

### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

## II. Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел (тема)	Форма организации	Виды деятельности
<b>Вот мы и в школе</b>	коллективная, индивидуальная	Знакомство с программой. По стране Здоровейке. Просмотр видеофильма. Составление правил здорового образа жизни. КВН.
<b>Питание и здоровье</b>	коллективная, индивидуальная групповая	Участие в тестировании по теме, беседа по картинкам Знакомство с составляющими здорового питания. Составление обеденного меню. Просмотр видеофрагмента «Столовый этикет» Участие в викторине.
<b>Моё здоровье в моих руках</b>	Индивидуальная коллективная,	Знакомство с правилами здорового сна. Игра «Совы». Познакомиться с правилами закаливания в домашних условиях. Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”. Спортивная эстафета. За круглым столом. Развивать умение высказывать своё мнение, отстаивать его, слушать собеседника, осуществлять совместную практическую деятельность.
<b>Я в школе и дома</b>	групповая коллективная, индивидуальная	Я и мои одноклассники. Анкетирование. Знакомство с правилами гигиены зрения. Разучивание упражнений для глаз. Знакомство с гигиеной позвоночника, разучивание упражнений. Осваивать правила оказания первой медицинской помощи при небольших травмах Составление режима дня Беседа «Как снять утомление». КВН.
<b>Чтоб забыть про докторов</b> -	Коллективная групповая	Как защитить себя от болезни. Выставка рисунков. Спортивные

		соревнования. «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы. Участие в дискуссии, защита мини-проектов.
<b>Я и моё ближайшее окружение</b>	коллективная парная групповая	Решение ситуативных задач, разучивание песни «Если добрый ты». Вредные привычки. Знакомство с правилами сохранения здоровья в школе и дома. Игры на свежем воздухе.
<b>«Вот и стали мы на год взрослей»</b>	парная групповая коллективная	Знакомство с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края. Инсценировка «Красивые грибы». Осваивать правила оказания первой медицинской помощи при отравлении. Участие в диагностике

### III. Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов.	Дата	
			План	Факт
<b>I</b>	<b><i>Введение «Вот мы и в школе».</i></b>	<b>6</b>		
1.1	Что мы знаем о ЗОЖ	1		
1.2	По стране Здоровейка	1		
1.3	В гостях у Мойдодыра	1		
1.4	Я хозяин своего здоровья	3		
<b>II</b>	<b><i>Питание и здоровье</i></b>	<b>16</b>		
2.1	Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.	4		
2.2	Культура питания. Этикет.	4		
2.3	Спектакль «Я выбираю кашу»	4		
2.4	«Что даёт нам море»	2		
2.5	Светофор здорового питания	2		
<b>III</b>	<b><i>Моё здоровье в моих руках</i></b>	<b>10</b>		
3.1	Сон и его значение для здоровья человека	1		
3.2	Закаливание в домашних условиях	1		
3.3	<u>День здоровья</u> «Будьте здоровы»	1		
3.4	Иммунитет	3		
3.5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1		
3.6	Спорт в жизни ребёнка.	2		
3.7	Слагаемые здоровья	1		
<b>IV</b>	<b><i>Я в школе и дома</i></b>	<b>10</b>		
4.1	Я и мои одноклассники	1		
4.2	Почему устают глаза?	2		
4.3	Гигиена позвоночника. Сколиоз	1		
4.4	Шалости и травмы	3		
4.5	«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление	1		
4.6	Умники и умницы	2		
<b>V</b>	<b><i>Чтоб забыть про докторов</i></b>	<b>10</b>		
5.1	С. Преображенский «Огородники»	2		
5.2	Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков)	2		
5.3	День здоровья «Самый здоровый класс»	1		
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности	5		
<b>VI</b>	<b><i>Я и моё ближайшее окружение</i></b>	<b>10</b>		
6.1	Мир эмоций и чувств.	2		
6.2	Вредные привычки	2		
6.3	«Веснянка»	2		
6.4	В мире интересного	4		

<b>VII</b>	<b><i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i></b>	<b>6</b>		
7.1	Я и опасность.	1		
7.2	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»	2		
7.3	Первая помощь при отравлении	2		
7.4	Наши успехи и достижения	1		
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>		