

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> « <u>22</u> » <u>августа</u> 2020 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор школы <u>И.С. Манидарова</u> Приказ № <u>13/3</u> от « <u>24</u> » <u>08</u> 2020 г.</p> 
---	--	--

Рабочая программа внеурочной деятельности
по спортивно-оздоровительному направлению

«Здоровейка»

4 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	Содержание занятий
Вот мы и в школе	коллективная, индивидуальная	«Здоровье и здоровый образ жизни» . Правила личной гигиены. Физическая активность и здоровье. Как познать себя (Текущий контроль знаний -За круглым столом)
Питание и здоровье	коллективная, индивидуальная групповая	Питание необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи. Как питались в стародавние времена и питание нашего времени. Секреты здорового питания. Рацион питания. <u>«Богатырская силушка» (Текущий контроль знаний –КВН)</u>
Моё здоровье в моих руках	Индивидуальная коллективная,	Домашняя аптечка . «Мы за здоровый образ жизни». Марафон «Сколько стоит твоё здоровье». «Береги зрение с молодости». Как избежать искривления позвоночника. Отдых для здоровья. Умеем ли мы отвечать за своё здоровье Текущий контроль знаний-викторина
Я в школе и дома	групповая коллективная,	Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим. «Класс не улица ребята! И запомнить это надо!». Кукольный спектакль «Спешите делать добро». Что такое дружба? Как дружить в школе?. Мода и школьные будни. Делу время , потехе час. (Текущий контроль знаний-игра викторина)
Чтоб забыть про докторов	коллективная, индивидуальная групповая	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься. День здоровья_«За здоровый образ жизни».

		<p>Кукольный спектакль Преображенский «Огородники». «Разговор о правильном питании». Вкусные и полезные вкусности Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»</p>
Я и моё ближайшее окружение	<p>коллективная парная групповая</p>	<p>Размышление о жизненном опыте. Вредные привычки и их профилактика. Школа и моё настроение. В мире интересного. (Текущий контроль знаний- итоговая диагностика)</p>
«Вот и стали мы на год взрослей»	<p>парная групповая коллективная</p>	<p>Я и опасность. Игра «Мой горизонт». Гордо реет флаг здоровья. «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». (итоговый контроль знаний- Диагностика). Составление книги здоровья.</p>

III. Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов.	Дата	
			План	Факт.
I	<i>Введение «Вот мы и в школе».</i>	10		
1.1	«Здоровье и здоровый образ жизни»	2		
1.2	Правила личной гигиены	2		
1.3	Физическая активность и здоровье	3		
1.4	Как познать себя	3		
II	<i>Питание и здоровье</i>	10		
2.1	Питание необходимое условие для жизни человека	2		
2.2	Здоровая пища для всей семьи	2		
2.3	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	2		
2.4	Секреты здорового питания. Рацион питания	3		
2.5	«Богатырская силушка»	1		
III	<i>Моё здоровье в моих руках</i>	10		
3.1	Домашняя аптечка	2		
3.2	«Мы за здоровый образ жизни»	2		
3.3	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	1		
3.4	«Береги зрение с молодую».	1		
3.5	Как избежать искривления позвоночника	2		
3.6	Отдых для здоровья	1		
3.7	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье	1		
IV	<i>Я в школе и дома</i>	12		
4.1	«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»	2		
4.2	«Класс не улица ребята И запомнить это надо!»	2		
4.3	Кукольный спектакль «Спешите делать добро»	3		
4.4	Что такое дружба? Как дружить в школе?	2		
4.5	Мода и школьные будни	2		
4.6	Делу время , потехе час.	1		
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	12		
5.1	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	3		
5.2	День здоровья «За здоровый образ жизни»	3		
5.3	Кукольный спектакль Преображенский «Огородники»	3		
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	3		
VI	<i>Я и моё ближайшее окружение</i>	10		
6.1	Размышление о жизненном опыте	3		

6.2	Вредные привычки и их профилактика	2		
6.3	Школа и моё настроение	2		
6.4	В мире интересного.	3		
VII	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	4		
7.1	Я и опасность.	1		
7.2	Игра «Мой горизонт»	1		
7.3	Гордо реет флаг здоровья	1		
7.4	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»	1		
	Итого	68		