

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 34 города Новошахтинска**

Рассмотрено и рекомендовано к утверждению
на заседании педагогического совета
протокол № 1
от «30» августа 2022 года

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 34

Кораблева Т.С.
Приказ №70 от «30» августа 2022г.

Рабочая программа

по курсу внеурочной деятельности «Здоровейка»

Уровень общего образования: начальное общее образование

Класс: 2

Количество часов: 34 ч

Учитель: Чачанидзе Екатерина Александровна

Программа разработана на основе Примерной программы четырёхлетней начальной школы «Начальная школа XXI века» под руководством профессора Н.Ф.Виноградовой, утверждённой Министерством образования РФ – Москва: «Вентана–Граф» 2021г;

Раздел 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения 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 «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):

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).

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.

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 проявлении.

Раздел 2. Содержание курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 35 минут.

Занятия проводятся в учебном кабинете, закрепленном за классом, приветствуется проведение занятий в специально оборудованном учебном кабинете..

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

формы проведения занятия и виды деятельности	тематика
игры	Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим “Я б в спасатели пошел” «Остров здоровья» «Состояние экологии и её влияние на организм человека»
беседы	Полезные и вредные продукты Гигиена правильной осанки «Доброречие» Мой внешний вид –залог здоровья Как питались в стародавние времена и питание нашего времени Мода и школьные будни Как защититься от простуды и гриппа
тесты и анкетирование	Чему мы научились за год. «Правильно ли вы питаетесь?» Чему мы научились и чего достигли«Что мы зна-

	ем о здоровье» «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни» «Мои отношения к одноклассникам» «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»
круглые столы	«Как сохранять и укреплять свое здоровье» Мир моих увлечений
школьные конференции	В мире интересного
просмотр тематических видеофильмов	«Как сохранить и укрепить зрение» «Быстрое развитие памяти» «Человек» «Мышление и мы» Клещевой энцефалит Вредные и полезные растения.
экскурсии	«Сезонные изменения и как их принимает человек» «Природа – источник здоровья» «У природы нет плохой погоды»
дни здоровья, спортивные мероприятия	«Дальше, быстрее, выше» «Хочу остаться здоровым» . «За здоровый образ жизни»
конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок	В здоровом теле здоровый дух «Моё настроение» Вредные и полезные растения. Выставка рисунков «Какие чувства вызвала музыка» «Продукты для здоровья» «Мы за здоровый образ жизни» «Нет курению!» Выпуск плакатов «Продукты для здоровья»
решение ситуационных задач	Культура питания. Этикет. Лесная аптека на службе человека Вредные привычки
театрализованные представления, кукольный театр	Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк» Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр» Спектакль С. Преображенский «Капризка» Спектакль «Спешите делать добро»
участие в городских конкурсах «Разговор о правильном питании»	«Разговор о правильном питании» «Вкусные и полезные вкусы» «Хлеб всему голова» «Что даёт нам море»

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Раздел 3. Тематическое планирование:

№ п/п	Наименование разделов	Часов, всего
1	Я и моё здоровье	8
2	Я и мой организм	7
3	Обеспечим безопасность	5
4	Лекарственные растения	4
5	ОБЖ	4
6	Правильное питание – залог здоровья	6
		34

Приложение №1 к рабочей программе «Здоровейка»

В соответствии с Календарным графиком МБОУ СОШ № 34 на 2022-2023 г. прохождение программы будет реализовано за 33 часа.

Календарно - тематическое планирование

№	Тема урока	Дата	Кол-во часов
1	Что мы знаем о ЗОЖ	06.09	1
2	По стране Здоровей-ке	13.09	1
3	В гостях у Мойдодыра	20.09	1
4	Я хозяин своего здоровья	27.09	1
5	Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.	4.10	1
6	Культура питания. Этикет.	11.10	1
7	Спектакль «Я выбираю кашу»	18.10	1
8	«Что даёт нам море»	25.10	1
9	Светофор здорового питания	8.11	1
10	Сон и его значение для здоровья человека	15.11	1
11	Закаливание в домашних условиях	22.11	1
12	День здоровья «Будьте здоровы»	29.11	1
13	Иммунитет	06.12	1
14	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	13.12	1
15	Спорт в жизни ребёнка.	20.12	1
16	Слагаемые здоровья	10.01	1
17	Я и мои одноклассники	17.01	1
18	Почему устают глаза?	24.01	1
19	Гигиена позвоночника. Сколиоз	31.01	1
20	Шалости и травмы	7.02	1
21	«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление	14.02	1
22	Умники и умницы	21.02	1
23	С. Преображенский «Огородники»	28.02	1
24	Как защитить себя от болезни. (Выставка рисунков)	7.03	1
25	День здоровья «Самый здоровый класс»	14.03	1
26	Правила поведения в транспорте	21.03	1
27	Мы пассажиры	04.04	1
28	Светофор – мой друг	11.04	1
29	Я пешеход	18.04	1
30	В мире интересного	25.04	1
31	Я и опасность.	02.05	1
32	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»	16.05	1
33	Первая помощь при отравлении. Наши успехи и достижения	23.05	1