|  |  |
| --- | --- |
| **МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ**  **ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  **ГОРОДИЩЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»** | |
|  | **Приложение № 13**  **к ООП НОО МАОУ**  **ГОРОДИЩЕНСКАЯ СОШ** |
| **Рабочая программа курса внеурочной деятельности**  **«Здоровейка»**  **Начальное общее образование, 1-4 классы**  **(ФГОС НОО)** | |
|  | **Составители:**  Бурдукова Татьяна Сергеевна  учитель,  первая квалификационная категория;  Емельянова Любовь Николаевна,  соответствие занимаемой должности;  Фотеева Екатерина Алексеевна,  первая квалификационная категория;  Степанова Вера Викторовна,  первая квалификационная категория;  с. Городище  2018 год |

1. **Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Здоровейка»**

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования устанавливает требования к результатам освоения обучающимися основной образовательной программы начального общего образования:

***личностным,*** включающим готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность их мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности;

***метапредметным,*** включающим освоенные обучающимися универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями;

***предметным,*** включающим освоенные обучающимися в ходе изучения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» опыт специфической для данного курса, деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению.

***Планируемые личностные результаты***

Освоение курса внеурочной деятельности «Здоровейка» вносит вклад в достижение **личностных результатов** начального общего об­разования, а именно:

1) способствует овладению начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

2) способствует принятию и освоению социальной роли обучающегося, развитию мотивов учебной деятельности и формированию личностного смысла учения;

3) развивает самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

4) формирует эстетические потребности, ценности и чувства;

5) развивает этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;

6) развивает навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

7) формирует установку на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

**Планируемые метапредметные результаты**

Изучение курса внеурочной деятельности «Здоровейка» играет значительную роль в достижении **метапредметных результатов** начального образования, таких как:

1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;

7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

8) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

9) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

10) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

11)готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

12) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием курса внеурочной деятельности «Здоровейка».

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

**Планируемые предметные результаты**

При изучении курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»» достигаются следу­ющие **предметные результаты:**

1. 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;
2. Социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
3. Формирование навыков сознательного отношения обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

**2.Содержание курса внеурочной деятельности**

**с указанием форм организации и видов деятельности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Виды деятельности | Формы организации обучающихся |
| 1 | Игровая | Бессюжетные подвижные игры, подвижные игры с элементами соревнования, ролевая игра, сюжетные игры |
| 2 | Художественное творчество | Конкурсы рисунков |
| 3 | Досугово – развлекательная деятельность | Мини-соревнования, часы здоровья, спортивные праздники |
| 4 | Познавательная  деятельность | Беседы, викторины, мастер-классы. |

***Раздел 1. Введение «Вот мы и в школе». (4 ч.)***

Определение понятия «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы, укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма.

Тема 1. Дорога к доброму здоровью.

Тема 2. Здоровье в порядке - спасибо зарядке.

Тема 3. В гостях у Мойдодыра Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр».

*Тема 4*. Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр» (текущий контроль-праздник).

***Раздел 2. Питание и здоровье (6 ч.)***

Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Знания об основных витаминах в продуктах питании; о необходимости разнообразно питаться; о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах, о пользе прогулок после еды, о режиме питания, о режиме употребления жидкости, о целебных источниках и минеральной воде.

Тема 1 Витаминная тарелка на каждый день.

Тема 2. Культура питания. Приглашаем к чаю.

Тема 3. «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться).

Тема 4. Как и чем мы питаемся.

*Тема* 5. Красный, жёлтый, зелёный. (овощи, фрукты, ягоды)

*Тема 6*. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники» (Текущий контроль знаний - викторина).

Раздел 3. Моё здоровье в моих руках (20 ч.)

Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата, направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений.

Тема 1. Составляем мы режим, быть здоровыми хотим.

Тема 2. Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.

Тема 3. Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк».

Тема 4. Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек».

Тема 5. Как обезопасить свою жизнь?

Тема 6. День здоровья «Мы болезнь победим, быть здоровыми хотим».

Тема 7. В здоровом теле здоровый дух. Текущий контроль знаний (Викторина)

Тема 8. Сон и его значение для здоровья человека.

Тема 9. Закаливание в домашних условиях.

Тема 10. День здоровья «Будьте здоровы».

Тема 11. Наш иммунитет.

Тема 12. Спорт в жизни ребёнка.

Тема 13. Слагаемые здоровья. Текущий контроль знаний- игра.

*Тема 14.*Труд и здоровье.

Тема 15. Наш мозг и его волшебные действия.

Тема 16. Компьютер в моей жизни.

Тема 17. Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.

Тема 18. Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.

Тема 19. Экскурсия «Природа - источник здоровья»

Тема 20.«Моё здоровье в моих руках» Текущий контроль знаний (спортивный праздник).

***Раздел 4. Я в школе и дома (23 ч.)***

Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона, направлено на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам.

Тема 1. Мой внешний вид -залог здоровья .

Тема 2. Зрение - это сила.

Тема 3. Осанка - это красиво.

Тема 4. Весёлые переменки.

Тема 5. Здоровье и домашние задания.

Тема 6. Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим. Текущий контроль знаний.

Тема 7. Я и мои одноклассники.

*Тема 8.* Почему устают глаза?

Тема 9. Гигиена позвоночника. Сколиоз.

Тема 10. Шалости и травмы.

Тема 11. «Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление.

Тема 12. Умники и умницы. Текущий контроль знаний.

Тема 13. Мой внешний вид - залог здоровья.

Тема 14. «Доброречие».

Тема 15. «Бесценный дар- зрение».

Тема 16. Гигиена правильной осанки.

*Тема 17.* «Спасатели, вперёд!» Текущий контроль знаний.

Тема 18. «Мы здоровьем дорожим - соблюдая свой режим».

Тема 19. «Класс не улица ребята! И запомнить это надо!»

Тема 20. Спектакль «Спеши делать добро».

Тема 21. Что такое дружба? Как дружить в школе?

Тема 22. Мода и школьные будни.

Тема 23. Делу время, потехе час. Текущий контроль знаний - игра викторина.

***Раздел 5. Чтоб забыть про докторов (13 ч.)***

Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым".

*Тема 1.*  Хочу остаться здоровым.

Тема 2. Вкусные и полезные вкусности.

Тема 3. День здоровья. «Как хорошо здоровым быть».

Тема 4. «Как сохранять и укреплять свое здоровье». Текущий контроль знаний- круглый стол.

Тема 5. С. Преображенский «Огородники».

Тема 6. Как защитить себя от болезни. (Выставка рисунков)

Тема 7. День здоровья «Самый здоровый класс»

Тема 8. «Разговор о правильном питании». Вкусные и полезные вкусности.

Тема 9. Текущий контроль знаний. «Разговор о правильном питании».

Тема 10. Движение это жизнь.

Тема 11. День здоровья «Дальше, быстрее, выше».

Тема *12*. Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься.

Тема 13.«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». Итоговый контроль знаний. Диагностика. Составление книги здоровья.

**3.Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема. Раздел темы.** | **Кол-во часов** |
| 1 | Введение «Вот мы и в школе». | 4 |
| 2 | Питание и здоровье | 6 |
| 3 | Моё здоровье в моих руках | 20 |
| 4 | Я в школе и дома | 23 |
| 5 | Чтоб забыть про докторов | 13 |
|  | **Итого** | **66** |
|  |  |  |