

Документ подписан электронной подписью.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 18»

Обсуждено  
На заседании МО  
Руководитель  
МО \_\_\_\_\_  
Протокол №1 от 25.08.2020

Принято  
Педагогическим советом  
Протокол №1 от 25.08.2020

Утверждено  
Директор МБОУ «Средняя  
общеобразовательная  
школа №18»  
\_\_\_\_\_ Улитушкина Г.А.  
Приказ №385 – «О» \_\_\_\_\_  
от 30.08.2020

Рабочая программа  
по курсу внеурочной деятельности  
«Здоровейка»  
(спортивно-оздоровительное направление)  
2 класс

Программу составила:  
Гречухина И.В.,  
учитель начальных классов

Новокузнецкий городской округ, 2020 год

Документ подписан электронной подписью.

## 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

### Личностные результаты:

развитие интеллектуальных и творческих способностей, дающих возможность выражать своё отношение к своему здоровью различными средствами;  
воспитание ответственного отношения к здоровью, осознание необходимости сохранения и бережного отношения к здоровью;  
формирование мотивации дальнейшего изучения своего организма.  
Социальные компетенции, сформированность основ гражданской идентичности.

### Метапредметные результаты:

овладение элементами самостоятельной организации учебной деятельности, что включает в себя умение ставить цель и планировать личную учебную деятельность, оценивать собственный вклад в деятельность группы, проводить самооценку уровня личных учебных достижений;

освоение элементарных приёмов исследовательской деятельности, доступных для детей младшего школьного возраста: формулирование с помощью учителя цели учебного исследования (опыта, наблюдения), составление плана, фиксирование результатов, использование простых измерительных приборов, формулировка выводов по результатам исследования;

формирование приёмов работы с информацией, что включает в себя умение поиска и отбора источников информации в соответствии с учебной задачей, а также понимание информации, представленной в различной знаковой форме – в виде таблиц, диаграмм, графиков, рисунков и др.;

развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии, а также участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью.

*ценностно-ориентационная сфера* – сформированность представлений важности бережного отношения к своему здоровью;

*познавательная сфера* – наличие углубленных представлений о своем организме и бережном отношении к своему здоровью; применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни для осознанного соблюдения норм и правил безопасного поведения в социуме;

*трудовая сфера* – владение навыками ухода за своим организмом;

*эстетическая сфера* – умение приводить примеры, дополняющие научные данные образами из литературы и искусства;

*сфера физической культуры* – знание элементарных представлений о зависимости здоровья человека, его эмоционального и физического состояний от факторов окружающей среды.

## 2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№	Содержание курса внеурочной деятельности	Формы организации и виды деятельности
1	<b>Введение «Вот мы и в школе»</b> Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма;	Разучиваем комплекс утренней зарядки. День здоровья
2	<b>«Питание и здоровье»:</b> основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и	Рассказ. Беседа. Игра. Изготовление листовок о правильном питании для

Документ подписан электронной подписью.

	прошлого;	первоклассников
3	« <b>Моё здоровье в моих руках</b> »: влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата;	Составление собственного меню здорового питания на неделю. Конкурс.
4	« <b>Я в школе и дома</b> »: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона;	Соревнование. Игра. КВН.
5	« <b>Чтоб забыть про докторов</b> »: закаливание организма;	Прогулка.
6	« <b>Я и моё ближайшее окружение</b> »: развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома;	Соревнование. Познавательная беседа
7	« <b>Вот и стали мы на год взрослей</b> »: первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.	Веселые старты.

### 3. Тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела, темы занятий	Количество часов
	<b><i>Введение «Вот мы и в школе»</i></b>	<b>10</b>
1.	Что мы знаем о ЗОЖ	3
2.	По стране Здоровейке	2
3.	В гостях у Мойдодыра	3
4.	Я хозяин своего здоровья	2
	<b><i>Питание и здоровье</i></b>	<b>10</b>
5.	Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.	2
6.	Культура питания. Этикет.	2
7.	Спектакль «Я выбираю кашу»	3
8.	«Что даёт нам море»	
9.	Светофор здорового питания.	2
	<b><i>Моё здоровье в моих руках .</i></b>	<b>10</b>
10.	Сон и его значение для здоровья человека	2
11.	Закаливание в домашних условиях	2
12.	День здоровья. «Будьте здоровы»	2
13.	Иммунитет	1
14.	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1
15.	Спорт в жизни ребёнка.	1
16.	Слагаемые здоровья	1

Документ подписан электронной подписью.

	<b><i>Я в школе и дома .</i></b>	<b>10</b>
17.	Я и мои одноклассники.	2
18.	Почему устают глаза?	2
19.	Гигиена позвоночника. Сколиоз.	1
20.	Шалости и травмы.	2
21.	«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление.	1
22.	Умники и умницы	2
	<b><i>Чтоб забыть про докторов</i></b>	<b>10</b>
23.	С. Преображенский «Огородники»	2
24.	Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков)	2
25.	<u>День здоровья.</u> «Самый здоровый класс»	3
26.	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	3
	<b><i>Я и моё ближайшее окружение.</i></b>	<b>9</b>
27.	Мир эмоций и чувств.	2
28.	Вредные привычки	2
29.	«Веснянка»	2
30.	В мире интересного	2
	<b><i>Вот и стали мы на год взрослей.</i></b>	<b>9</b>
31.	Я и опасность.	2
32.	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»	3
33.	Первая помощь при отравлении	2
34.	Наши успехи и достижения	2
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



**ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.  
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

**ПОДПИСЬ**

**Общий статус подписи:**

Подпись верна

**Сертификат:**

00EDCFD86BF26659EF9D1EABA3463D2033

**Владелец:**

RU, Кемеровская область, Новокузнецк, ДИРЕКТОР, МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 18", 06039392154, 421800956577, sh18nkvz@yandex.ru, Татьяна Александровна, Улитушкина, Улитушкина Татьяна Александровна

**Издатель:**

Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77

Документ подписан электронной подписью.

<b>Срок действия:</b>	Москва, uc_fk@roskazna.ru Действителен с: 09.03.2022 10:23:00 UTC+07 Действителен до: 02.06.2023 10:18:00 UTC+07
<b>Дата и время создания ЭП:</b>	03.02.2023 19:25:54 UTC+07