

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 | Введение «Вот мы и в школе» Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма; | Разучиваем комплекс утренней зарядки. День здоровья |
| 2 | «Питание и здоровье»: 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 | « Моё здоровье в моих руках »: 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 | « Я в школе и дома »: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона; | Соревнование. Игра. КВН. |
| 5 | « Чтоб забыть про докторов »: закаливание организма; | Прогулка. |
| 6 | « Я и моё ближайшее окружение »: развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; | Соревнование. Познавательная беседа |
| 7 | « Вот и стали мы на год взрослей »: первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода. | Веселые старты. |

3. Тематическое планирование

| № п/п | Тема раздела, темы занятий | Количество часов |
|-------|---|------------------|
| | <i>Введение «Вот мы и в школе»</i> | 10 |
| 1. | Что мы знаем о ЗОЖ | 3 |
| 2. | По стране Здоровейке | 2 |
| 3. | В гостях у Мойдодыра | 3 |
| 4. | Я хозяин своего здоровья | 2 |
| | <i>Питание и здоровье</i> | 10 |
| 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 |
| | <i>Моё здоровье в моих руках .</i> | 10 |
| 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.

| | | |
|-----|--|-----------|
| | <i>Я в школе и дома .</i> | 10 |
| 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 |
| | <i>Чтоб забыть про докторов</i> | 10 |
| 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 |
| | <i>Я и моё ближайшее окружение.</i> | 9 |
| 27. | Мир эмоций и чувств. | 2 |
| 28. | Вредные привычки | 2 |
| 29. | «Веснянка» | 2 |
| 30. | В мире интересного | 2 |
| | <i>Вот и стали мы на год взрослей.</i> | 9 |
| 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 |
| | Итого: | 68 |

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.

| | |
|----------------------------------|--|
| Срок действия: | 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 |
| Дата и время создания ЭП: | 03.02.2023 19:25:54 UTC+07 |