

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа
с. Ягодное муниципального района Ставропольский Самарской области

«Рассмотрено»
Руководитель
методического
объединения учителей
начальных классов
_____ О.В.Алексанова
протокол № 1
от «30» 08 2021г.

«Согласовано»
Заместитель директора
по УВР
_____ Е.А. Шумакова
«31» 08 2021г.

«Утверждаю»
Директор учреждения
ГБОУ СОШ с.Ягодное
_____ Ф.А. Дашкевич
Приказ №225/1
от «31» 08 2021г.

Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Здоровый ребёнок- успешный ребёнок»
ФГОС НОО

Содержание

1. Планируемые результаты
2. Содержание программы
3. Тематическое планирование

Планируемые результаты:

Личностные результаты

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

<i>Регулятивные УУД:</i>	<i>Познавательные УУД:</i>	<i>Коммуникативные УУД:</i>
<p>-определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя.</p> <p>-проговаривать последовательность действий на занятии.</p> <p>-учить высказывать своё предположение (версию),</p> <p>- учить работать по предложенному учителем плану.</p> <p>-учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.</p> <p>-уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).</p>	<p>- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.</p> <p>-перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.</p> <p>-преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);</p> <p>-находить и формулировать</p>	<p>- умение донести свою позицию до других: - оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).</p> <p>слушать и понимать речь других.</p> <p>- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.</p> <p>- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>

	решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).	
--	---	--

Предметные результаты

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- создание новых проектов с использованием средств изобразительного искусства и компьютерной графики, освоение доступных способов изучения природы и общества (наблюдение, запись, измерение, опыт, сравнение, классификация и др. с получением информации из семейных архивов, от окружающих людей, в открытом информационном пространстве);

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 класс – 33 ч.

Я познаю себя – (12ч)

Личная гигиена – (9ч)

Секреты правильного питания – (7ч)

Азбука здоровья – (5ч)

2 класс – 34ч.

Я познаю себя – (7ч)

Личная гигиена – (8ч)

Секреты правильного питания – (10ч)

Азбука здоровья – (9ч)

3 класс – 34ч.

Я познаю себя – (7ч)

Личная гигиена – (8ч)

Секреты правильного питания – (10ч)

Азбука здоровья – (9ч)

4 класс – 34 ч.

Я познаю себя – (7ч)

Личная гигиена – (8ч)

Секреты правильного питания – (8ч)

Азбука здоровья – (11ч)

Распределение учебных часов по годам обучения

классы	Кол-во учебных недель	Кол-во часов	
		В год	В неделю
1	33	33	1
2	34	34	1
3	34	34	1
4	34	34	1

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ урока	Тема учебного занятия	Всего часов	Форма деятельности
1	2	3	4
	Я познаю себя	12ч	
1	Человек- часть Вселенной.	1	Вводное занятие. Видеоурок.
2	Страна чувств и эмоций	1	Игра-путешествие
3	Я и мой организм.	1	Встречи с медицинским работником
4-6	Я и моя семья.	3	Круглый стол
7-9	Я изучаю себя.	3	Инсценирование сказки
10-12	Мои физические возможности.	3	Игра «А вам слабо?»
	Личная гигиена	9ч	
13-15	Режим дня	3	Проектная деятельность «Мой режим дня»

16	Уход за волосами	1	Прически девочек, прически мальчиков
17-18	Уход за кожей	2	Встреча с медицинским работником
19-20	Гигиена полости рта	2	Встреча со стоматологом
21	Гигиена помещения.	1	Уборка помещения
	Секреты правильного питания	7ч	
22-23	Правила питания.	2	Составление памятки «Правила питания»
24-26	Страна «Витаминия»	3	Проектная деятельность «Витамины нашего сада и огорода»
27-28	Правильное питание- рациональное питание.	2	Составление меню.
	Азбука здоровья	5ч	
29	Правила дыхания	1	Разучивание комплекса упражнений по дыхательной гимнастике
30	Причины травматизма младших школьников в школе	1	Поведение ученика на перемене
31	Здоровье в порядке - спасибо зарядке.	1	Разучивание комплекса упражнений
32-33	Азбука здоровья.	2	Игра-путешествие
	Итого	33ч	

2 класс

№ урока	Тема учебного занятия	Всего часов	Форма деятельности
1	2	3	4
	Я познаю себя	7ч	
1	Поход по стране Здоровья..	1	Вводное занятие. Игра
2-3	Я- уникальный человек.	2	Диагностика личных качеств.
4-6	Учусь находить друзей и интересные занятия.	3	Проектная деятельность Составление дерева Дружбы.
7	Мои привычки.	1	Беседа
	Личная гигиена	8ч	
8	Советы доктора Воды	1	Видеоурок
9	Чтобы уши слышали	1	Видеоурок- беседа
10	Чтобы зубы были здоровыми	1	Видеоурок- беседа
11	Зачем человеку кожа	1	Видеоурок- беседа
12	Глаза-главные помощники	1	Видеоурок- беседа
13	Почему мы бодем.	1	Видеоурок- беседа
14-15	Профилактика инфекционных заболеваний	2	Конкурс рисунков
	Секреты правильного питания	10ч	
16	Из чего состоит наша пища	1	Видеоурок- беседа
17-19	Что нужно есть в разное время	3	Проектная деятельность

	года.		«Витамины наши друзья»
20	Как правильно питаться, если занимаешься спортом.	1	Видеоурок- беседа
21	Молоко и молочные продукты	1	Видеоурок- беседа
22	Блюда из зерна.	1	Видеоурок- беседа
23-25	Какую пищу можно найти в лесу.	3	Проектная деятельность «Мы в лесок пойдем...»
	Азбука здоровья	9ч	
26-28	К здоровью без лекарств. Фито-аптека.	3	Проектная деятельность «Фито- аптека.»
29	Игры на свежем воздухе.	1	Разучивание игр со спортивным инвентарем
30-31	Учусь принимать решения в опасных ситуациях.	2	Игра-путешествие
32	Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.	1	Видеоурок- беседа
33	Первая помощь при травмах.	1	Видеоурок- беседа
34	Умей сказать НЕТ	1	Видеоурок- беседа
	Итого	34ч	

3 класс

№ урока	Тема учебного занятия	Всего часов	Форма деятельности
1	2	3	4
	Я познаю себя	7ч	
1-3	Мое психическое состояние. Внимание. Память. Эмоции.	3	Диагностика личных качеств.
4	Мои привычки	1	Беседа
5	Я пришел из школы.	1	Правила личной гигиены
6	Как воспитывать в себе сдержанность.	1	Беседа
7	Все ли желания выполнимы.	1	Беседа
	Личная гигиена	8ч	
8	Советы доктора Воды	1	Видеоурок
9	Чтобы уши слышали	1	Видеоурок- беседа
10	Чтобы зубы были здоровыми	1	Видеоурок- беседа
11	Зачем человеку кожа	1	Видеоурок- беседа
12	Глаза-главные помощники	1	Видеоурок- беседа
13	Почему мы бодем.	1	Видеоурок- беседа
14-15	Профилактика инфекционных заболеваний	2	Встреча с медицинским работником
	Секреты правильного питания	10ч	
16-20	Сервировка стола. Правила поведения за столом.	5	Проектная деятельность «Правила этикета» Урок- инсценировка

21-25	Сервировка стола	5	Проектная деятельность «Правила сервировки в 19, 20 веке и в наши дни» Урок- инсценировка
	Азбука здоровья	9ч	
26-27	Почему люди болеют.	2	Встреча с медицинским работником
28-29	Что нужно знать о лекарствах	2	Встреча с медицинским работником
30	Волшебный солнца свет.	1	Видеоурок- беседа
31	Злой волшебник – табак.	1	Видеоурок- беседа
32-34	Подвижные игры на свежем воздухе	3	Играем в любимые игры
	Итого	34ч	

4 класс

№ урока	Тема учебного занятия	Всего часов	Форма деятельности
1	2	3	4
	Я познаю себя	5ч	
1	Чувства и поступки.	1	Беседа
2	Учимся думать и действовать	1	Беседа
3	Я Принимаю решение. Я отвечаю за свое решение.	1	Беседа
4	Как доставить родителям радость.	1	Беседа
5	Как выбирать друзей.	1	Беседа
	Личная гигиена	8ч	
6	Что мы знаем о ЗОЖ. Вводное занятие.	1	Видеоурок
7	Хилый в шубу – здоровый на мороз.	1	Видеоурок- беседа
8	Правила личной гигиены.	1	Видеоурок- беседа
9	«Посеешь привычку- пожнёшь характер».	1	Видеоурок- беседа
10	Почему мы бодем.	1	Видеоурок- беседа
11-12	Профилактика инфекционных заболеваний	2	Встреча с медицинским работником
13-15	Подвижные игры на свежем воздухе	3	Играем в любимые игры
	Секреты правильного питания	8ч	
16	Ох, уж эти сладости .	1	Видеоурок- беседа
17	Пищевые отравления.	1	Видеоурок- беседа
18	Напитки, отгоняющие сон.	1	Видеоурок- беседа
19	Картофельные чипсы: есть или не есть?	1	Видеоурок- беседа
20	Еда «на ходу».	1	Видеоурок- беседа
21-23	Я за здоровое питание!	3	Проектная деятельность

	Азбука здоровья	11ч	
24	Труд и отдых.	1	Видеоурок- беседа
25	О вреде и пользе телевизора..	1	Видеоурок- беседа
26	Режим дня четвероклассника	1	Видеоурок- беседа
27-30	«Я за здоровый образ жизни!».	4	Играем в любимые игры
31-34	О, спорт, ты — мир!	4	Эстафеты - соревнования
	Итого	34ч	