

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ШКОЛА СОСНЫ»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор

_____ И.П. Гурьянкина

Приказ № 5 от

«30» августа 2019 г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления
кружок «Путешествие по тропе здоровья»
1 класс
начальное общее образование
(ФГОС НОО)**

Составитель:
Бессонова Ксения Александровна,
руководитель кружка.

2019 – 2020 учебный год

Содержание

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	4
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации занятий и видов деятельности.....	5
3. Календарно - тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.....	6

Рабочая программа «Путешествие по тропе здоровья» для 1 класса составлена в соответствии Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373 (с изменениями), на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования. Внеурочные занятия, ориентированные на обучение школьников бережному отношению к своему здоровью.

Основной целью является создать через игру, наиболее благоприятные условия для формирования у младших школьников положительного отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха. Научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи курса:

1. Формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика.
2. Профилактика вредных привычек.
3. Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирование здорового образа жизни.
4. Расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
5. Формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни.
6. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Организация деятельности младших школьников на занятиях основывается на следующих принципах:

- занимательность;
- научность;
- сознательность и активность;
- наглядность;
- доступность;
- связь теории с практикой;
- индивидуальный подход к учащимся.

Для успешного проведения занятий используются разнообразные виды работ:

- игровые элементы
- игры
- дидактический и раздаточный материал
- физкультминутки
- конкурсы
- подвижные игры
- ребусы
- кроссворды, головоломки

Программа «Путешествие по тропе здоровья» рассчитана на 1 учебный час в неделю: I класс – 33 часа.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

У обучающегося будут сформированы:

- видеть важность в здоровом образе жизни;
- бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих;

Обучающийся получит возможность для формирования:

- своей позиции в многообразии культурных, спортивных, оздоровительных предпочтений.

Метапредметные результаты

Регулятивные универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- определять цель деятельности с помощью учителя;
- составлять план выполняемой задачи совместно с учителем;

Обучающийся получит возможность научиться:

- использовать дополнительные средства получения информации;
- уметь оценивать себя.

Познавательные универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- уметь перерабатывать полученную информацию;
- выбирать наиболее удобную для себя форму получения информации;

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять поиск информации с использованием различных ресурсов.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- доносить свою позицию в отношении здорового образа жизни до друг;

Обучающийся получит возможность научиться:

- понимать позиции других.

Предметные результаты

Обучающийся научится:

- задачам общей физической подготовки;
- строение тела человека, его привычки;
- основам техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;
- гигиеническим требованиям к питанию, к инвентарю и спортивной одежде;

Обучающийся получит возможность научиться:

- узнавать историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр;
- основам здорового образа жизни;

Результатом практической деятельности по программе «Путешествие по тропе здоровья» можно считать следующее:

1. Высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.
2. Повышается активность учащихся в мероприятиях школы, класса.
3. Взаимодействие с ровесниками ,с целью их вовлечение в спортивные игры, спортивные мероприятия.
4. Оформление информации по темам укрепления здоровья и представляя полученную информацию на уроках и внеклассных мероприятиях.
5. Высокий уровень активности родителей по вопросам сохранения здоровья и участия в школьных мероприятиях данного направления.

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

Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе здоровья» состоит из 4 разделов:

Название темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
Содержание темы (раздела)	Знакомство детей с работой детей на учебный год. Проведение инструктажа по технике безопасности. Здоровье –это.....
«Как живет организм»	Каждое занятие смонтировано по принципу сценария. Оно должно носить занимательный, игровой характер. Игровой принцип обучения соответствует возрастным психологическим особенностям ребенка, для которого игратипичная форма жизнедеятельности. На занятии дети должны чувствовать себя достаточно раскованно: свободно говорить, смеяться двигаться. Эффективное восприятие материала; обеспечат картинки, работа с которыми может органически включаться в занятие. . .
«Наши болезни»	Каждое занятие знакомит детей с возможными болезнями, учит по признакам определять заболевание. На занятиях детям даются рекомендации по профилактике заболеваний.
«Чтобы не случилось беды»	Знакомство детей с правилами ухода за руками, ногами, глазами, ушами, зубами, кожей. На занятиях даются знания о лекарственных и ядовитых растениях
«Привычки и поступки»	Формирование у детей умений правильно одеваться, вести себя в обществе, соблюдать гигиенические требования

**3. Календарно - тематическое планирование с указанием количества часов,
отводимых на освоение каждой темы.**

Тематическое планирование.

Раздел	Название	Часы	Результат
1	Вводное занятие	1	Инструктаж по технике безопасности
	Как живет организм	9	Знания о своем организме, эмоциях и т.п.
2	Наши болезни	5	Знания правил закаливания и профилактики
3	Чтобы не случилось беды	12	Правила безопасности в природе, в городе, на улице.
4	Привычки и поступки	6	Знание правил гигиенических требований.

Календарное планирование.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Плановые сроки прохожден ия темы	Фактическ ие сроки (и\или коррекция
1.	Вводное занятие. Здоровье – это.....		
Как живет организм			
2.	Наш организм.		
3	Каким образом мы видим		
4	Каким образом мы слышим.		
5.	Как нос чувствует запахи		
6	Как мы говорим		
7	Как мы дышим		
8	Наши зубы		
9.	Из чего состоит кровь		
10.	Наше сердце		
Наши болезни			
11.	Признаки болезни и профилактика.		
12.	Если болит горло....		
13.	Порезы, ссадины, царапины.		
14	Простуда.		
15	Боли в животе.		
Чтобы не случилось беды			
16	Предупреждение несчастных случаев		
17	Первая помощь при несчастных случаях		
18.	Уход за ногами и руками		

19	Какого ухода требуют глаза и уши		
20	Как ухаживать за зубами		
21	И о коже надо заботиться		
22.	Что нужно знать о лекарствах		
23.	Правильная осанка		
24	Как защищаться от насекомых		
25	Ядовитые растения		
26	Можно ли играть с огнем		
27	Воспитывай свои чувства		
Привычки и поступки			
28	Смотрим телевизор и слушаем радио.		
29	Как нужно одеваться		
30	«Нехорошие» слова		
31	Грязные руки		
32	Игра «Что такое хорошо и что такое»		
33	Викторина «Расти здоровым»		

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

методического объединения учителей

от 30.08.2019 г. № 05

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

_____ Т.А. Демчук

30.08.2019 г.

