Рассмотрена на заседании МО учителей начальных классов Протокол № 1 от «27» августа 2018 г.	**Проверена** Заместителем директора по УВР_____ Гуськова О.В. «29» августа 2018 г.	**Утверждаю** Директор ГБОУ СОШ № 38 г. Сызрани _____ Буртаева О.В. Приказ № 248-од от 30.08.2018г

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности

спортивно-оздоровительного направления

«Будь здоров»

(2 класс)

Программа курса внеурочной деятельности «Будь здоров» рассчитана на 1 год обучения и предназначена для обучающихся 2 класса.

Рабочая программа соответствует федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ №373 от 06.09.2009г. «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями от 31.12.2015 №1576), в соответствии с ООП НОО ГБОУ СОШ № 38 г. Сызрани, составлена на основе авторской программы Н.К. Шумиловой «Будь здоров»: Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов и др.; под редакцией В.А. Горского. М.: Просвещение.

В учебном плане внеурочной деятельности ГБОУ СОШ №38 г.Сызрани на изучение курса «Будь здоров» во 2 классе отводится 1 час в неделю, 34 часа в год.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате освоения курса у обучающихся будут сформированы личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на уроке;
- учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

Познавательные:

- делать предварительный отбор источников информации;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем).

Коммуникативные:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи;
- слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Предметные результаты:

Обучающиеся научатся:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;

- заботиться о своем здоровье;
- находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;

Обучающиеся получат возможность научиться:

- 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;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Раздел 1. Здоровый образ жизни.

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

Раздел 2. Здоровье в порядке- спасибо зарядке!

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.

Раздел 3. Личная гигиена

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.

Раздел 4. Профилактика травматизма

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.

Раздел 5. Нарушение осанки.

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

Раздел 6. Старинные подвижные игры. Культура и этикет.

Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; моё настроение, ориентировано на формирование позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию.

Формы организации и виды деятельности:

Формы организации деятельности: индивидуальная, коллективная, работа в малых группах, работа в парах.

Виды деятельности:

- теоретические (рассказ, сообщение, беседа, лекции);
- практические (конкурсы, олимпиады, турниры, игры, экскурсии).

Тематическое планирование

2 класс

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Количество часов на изучение
1	Здоровый образ жизни.	1ч
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1ч
3	Личная гигиена	1ч
4	Профилактика травматизма	3ч
5	Нарушение осанки	2ч
6	Старинные подвижные игры. Культура и этикет.	26ч
	Итого	**34ч**

C=RU, O=ГБОУ СОШ №38 г.о.Сызрань, CN=Буртаева О.В., E=school38_szr@samara.edu.ru
00e389e5655961b68c
2021.06.10 10:18:53+04'00'