


**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Верхне - Грунская средняя общеобразовательная школа»  
Кореневского района Курской области**

РАССМОТРЕНА  
на заседании методического  
объединения учителей  
начальных классов  
Протокол от 30 августа 2022 года  
№1  
Руководитель методического  
Объединения:  Чулкова.С.А.

СОГЛАСОВАНА  
Заместитель директора по ВР  
Рузаева.С.А.  
От 30 августа 2022 года

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА  
на заседании педагогического  
совета МКОУ «Верхне - Грунская  
средняя общеобразовательная  
школа»  
Протокол от 30 августа 2022 г № 1  
Председатель педагогического совета  
 Т.С.Каменева.

УТВЕРЖДЕНА И ВВЕДЕНА  
В ДЕЙСТВИЕ приказом МКОУ  
«Верхне - Грунская средняя  
общеобразовательная школа»  
от 30 августа 2022 г №1/84  
Директор школы  Е.В.Мартакова.



**Рабочая программа  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Азбука здоровья»»  
( кружок ,факультатив , научное объединение и пр)  
спортивно-оздоровительное  
(наименование курса , направление )  
1год  
(срок реализации программы)  
8-9 лет  
(возраст обучающихся)**

Составитель: Нестерова Д.А

с. Верхняя Груня

2022 - 2023 учебный год.

### **Пояснительная записка**

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья учащихся на ступени начального общего образования являются:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.
3. СанПиН, 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях".
4. Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».
5. Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
6. О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999).
7. Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.)

### **Цель курса:**

- формировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у учащихся мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения

### **Основные задачи курса:**

- формировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у учащихся мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения

## **Личностные и метапредметные результаты освоение курса внеурочной деятельности .**

### **Личностные УУД**

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности;

### **Метапредметные УУД**

- освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

### **Предметные УУД**

- освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

- Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья» является формирование следующих умений:

Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности

по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

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

№	Содержание курса внеурочной деятельности.	Формы организации и виды деятельности.
	<p>Программы перечисленные разделы возобновляются на протяжении четырех лет, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, закреплению социально одобряемой модели поведения обучающихся. Подобное содержание отражает взаимосвязь всех компонентов здоровья, подчеркивает взаимное влияние интеллектуальных способностей, коммуникативных умений, потребность в соблюдении личной гигиены, необходимость закаливания и правильного питания, эмоционального отношения к деятельности, умение оказывать первую доврачебную помощь на пропедевтическом уровне на общее благополучие человека и его успешность в различного рода деятельности.</p> <p>Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья», предполагает обучение на двух основных</p>	<p><b>Формы организации:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• викторины,</li> <li>• творческие конкурсы,</li> <li>• спортивные соревнования.</li> </ul> <p><b>Виды деятельности :</b></p> <p>Познавательная беседа. Игры.</p>

<p>уровнях:</p> <p>I - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни;</p> <p>II - практический, позволяющий закрепить спортивные навыки и достижения.</p> <p>На занятиях обучающиеся знакомятся с разными видами «По дорожкам здоровья»: интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, понятие о микробах, вредные привычки и их профилактика, применение лекарственных растений в профилактических целях. Выработка потребностей в здоровом образе жизни.</p>	
---	--

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

№	Тема урока	Кол-во часов	дата	дата	Примечание
	<b>Введение «Здравствуй, школьная страна»</b>	3	план	факт	
1	«Здоровый образ жизни, что это?»	1			
2	«Суд книжки над неряхой мальчишкой»	1			
3	«Остров здоровья»	1			
	<b>Питание и здоровье</b>	4			
4	Игра «Смак»	1			
5	Что значит правильное питание?	1			
6	Ярмарка здоровой пищи	1			
7	«Волшебный сундучок»	1			
	<b>Моё здоровье в моих руках</b>	8			
8	Занятие по гигиеническим навыкам	1			
9	Устный журнал «Вредные микробы»	1			
10	«Здоровье и труд рядом идут»	1			
11	Своя игра «Человек и здоровье»	1			
12	День здоровья «Спортивный аудит»	1			
13	« Шутка минутка, а заряжает на час»	1			
14	Заочное путешествие «Природа – источник здоровья»	1			
15	«Моё здоровье в моих руках»	1			
	<b>Я в школе и дома</b>	7			
16	Мой внешний вид –залог здоровья	1			
17	Беседа врача «Клещ энцефалитный»	1			
18	День здоровья «Игровые забавы»	1			
19	«Бесценный дар- зрение».	1			
20	Гигиена правильной осанки	1			
21	«Скорая помощь»	1			
22	Спортивное занятие «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья».	1			
	<b>Чтоб забыть про докторов</b>	4			

23	В гостях у Мойдодыра	1			
24	Лесная аптека на службе человека	1			
25	«Питание и здоровье» Вкусные и полезные вкусности	1			
26	«Планета Здоровья». Игра	1			
	<b>Быстрее, выше, сильнее</b>	6			
27	День здоровья «Мы будущие олимпийцы»	1			
28	соревнования по подвижным играм, шашечный турнир	1			
29	Спортивный час «Зимние забавы».	1			
30	Легенды о происхождении олимпиады.	1			
31	Игра «Мама, папа, Я – спортивная семья»	1			
32	И снова в дорогу	1			
	<b>«Вот и стали мы на год взрослей»</b>	3			
33	Я и опасность.	1			
34	«Я расту» Сдача нормативов физического развития.	1			
35	Чему мы научились и чего достигли	1			
36	Итого:	35			

