Краснодарский край, Кореновский район, станица Платнировская

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение

основная общеобразовательная школа № 24

имени Героя Советского Союза Г. Е. Кучерявого

муниципального образования Кореновский район

Утверждено:

Решение педсовета протокол № 1

от \_\_\_\_\_\_ августа 2023 года

Председатель педсовета

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Р.Лавренова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**по курсу Формирование культуры здорового и**

**безопасного образа жизни»**

Направление: **духовно-нравственное**

Срок реализации программы: 4 года

Возраст обучающихся: 6,5-11лет

Количество часов: всего **68** часов

Количество часов в год:

1 класс- **16 часов**

2 –3- 4 класс- **17 часов**

Количество часов в неделю: **0,5** час

**Авторский коллектив школьного методического объединения учителей начальных классов**

Программа разработана на основе дополнительной литературы Анохина Т. Педагогическая поддержка как реальность современного образования. -М.: ИПИ РАО, 2008.

Борисова Е.М., Логинова Г.П. Индивидуальность и профессия. –М.: Знание, 2011.

Газман О.С. Педагогическая поддержка детей в образовании. –М.: Инноватор, 2007.

Климов Е.А. Психология в профессиональном самоопределении. –Ростов-на-Дону: Феникс, 2007.Климов Е.А. Путь в профессионализм. –М.: Флинта, 2003.

**Рабочая программа внеурочной деятельности**

**Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни по ФГОС(1-4)**

**1.Пояснительная записка**

            Программа  разработана  в соответствии с нормативными документами:

-письмо департамента образования и науки от 27.09.2012 №47-14800/12-14 «Об организации внеурочной деятельности в общеобразовательных учреждениях, реализующих ФГОС начального и основного общего образования»,

-приложение к письму №2 «Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности в рамках реализации ФГОС ов начального и основного общего образования в формате «интенсивов».

        Наиболее  эффективным  путём формирования  здоровья и здорового образа жизни является направляемая и организуемая взрослыми самостоятельная работа, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в школе, развивающая способность понимать своё состояние здоровья, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, правильного питания, правил личной гигиены.

**Актуальност**ь:

           формирование  культуры  здорового и безопасного образа жизни - необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы школы, требующий соответствующей организации всей жизни школы, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение эффективной физкультурно -оздоровительной работы, рационального питания.

           Здоровые привычки формируются с самого раннего возраста ребёнка. Чтобы успешно справиться с этой задачей, необходимо иметь теоретическую и практическую подготовку в этих вопросах.

**Цель программы:**

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки(умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения)

- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья

- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья

**Задачи программы:**

Формирование:

-  представлений о:  факторах, оказывающих влияние на здоровье;  правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;

-  навыков конструктивного общения;

- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

Обучение:

-  осознанному  выбору модели  поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;

-  правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;

-  элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);

-  упражнениям сохранения зрения.

**Пути и средства работы кружка направлены на достижение целей программы:**

- развитие у учащихся умений добывать знания путем метапредметных действий, обеспечивающих поиск информации, работу с ней.

- целесообразное использование мыслительных операций( анализ, сравнение, обобщение, сопоставление и т.д.)

- развитие мышления, речи, воображения восприятия и других познавательных процессов

- воспитание здорового образа жизни, толерантности, культуры питания, личной гигиены

- развитие умения  разбираться в негативных факторах риска здоровью (снижения двигательной активности, алкоголь, курение, психоактивные вещества, инфекционные заболевания)

- изучение истории деятельности Олимпийского движения, его значения в развитии спорта в мире

- воспитание любви к спорту, бережного отношения к своему здоровью

**Методы достижения цели**:

-учет возрастных особенностей школьников

-выбор действия в соответствии с возможностями ученика

- использование проблемных ситуаций, споров, дискуссий

-создание ситуации успеха

- создание атмосферы взаимопонимания и сотрудничества

-эмоциональная речь учителя

- использование подвижных игр, соревнований

**Программа рассчитана на 4 года**.

Объем часов: в течение учебного года-1 час в неделю в каждом классе ,

за год –135часов: 1кл-33ч, 2кл-34ч, 3кл-34ч, 4кл-34ч)

В данной рабочей программе внесены обновления в соответствии с Приказом Минпросвещения России от 11 декабря 2020 г. № 712 «О внесении изменений во ФГОС общего образования, в части рабочих программ учебных предметов, курсов», которые с 2021-2022 учебного года должны содержать в тематическом планировании **«Программы воспитания»**

Для организации работы на уроке используется систематизация основных направлений воспитательной деятельности, определенная в разделе "Обновление воспитательного процесса с учетом современных достижений науки и на основе отечественных традиций" Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р).

В соответствии **с «Программой воспитания»** **Основные направления воспитательной деятельности**  отражаются в разделе рабочей программы

«**Личностные результаты» (см. раздел « Личностные результаты» ) Личностные результаты**

**Основные направления воспитательной деятельности в соответствии**

**с «Программой воспитания»:**

1. Гражданское воспитание;

2. Патриотическое воспитание и — формирование российской идентичности;

3. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей;

4. Приобщение детей к культурному наследию (Эстетическое воспитание)

5.Популяризация научных знаний среди детей (Ценности научного познания);

6. Физическое воспитание и формирование культуры здоровья;

7. Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение;

8. Экологическое воспитание.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов,   блоков, тем | Всего  часов | Количество часов | | | |
| 1 класс | 2 класс | 3 класс | 4 класс |
| 1 | Введение «Вот мы и в школе» | 4 | 2 | 2 | - | - |
| 2 | Питание и здоровье | 8,5 | 2,5 | 3 | 1,5 | 1,5 |
| 3 | Моё здоровье в моих руках | 16 | 3 | 3 | - | - |
| 4 | Я в школе и дома | 15 | 2,5 | 2,5 | - | - |
| 5 | Чтоб забыть про докторов | 4 | 4 | 2 | - | - |
| 6 | Я и моё ближайшее окружение | 3 | 1,5 | 1,5 | - | - |
| 7 | «Вот и стали мы на год взрослей» | 3 | 1,5 | 1,5 | - | - |
| 8 | По страницам Олимпийских игр | 3 | 1,5 | 1,5 | - | - |
| 9 | Познай самого себя | 3 | - | - | 1,5 | 1,5 |
| 10 | Здоровье и движение | 3 | - | - | 1,5 | 1,5 |
| 11 | Здоровье и окружающая среда | 3 | - | - | 1,5 | 1,5 |
| 12 | Природа  нашей области и здоровье | 3 | - | - | 1,5 | 1,5 |
| 13 | Знай и будь осторожным | 3 | - | - | 1,5 | 1,5 |
| 14 | Подвижные игры | 16 | - | - | 8 | 8 |
|  | Итого | 67,5 | 11,5 | 12 | 17 | 17 |

**Возрастная группа**- учащиеся 1-4-х классов(7-10лет)

                  Формы организации детского коллектива:экскурсии, выставки, презентации, кружковые  индивидуальные занятия, совместная деятельность учащихся и родителей.

                 Формы деятельности**:**индивидуальная (результат работы одного ученика), работа в малых группах, коллективная.

**2. Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование раздела | Всего  час | Кол-во часов | | Характеристика деятельности учащихся  №1- 5  № 7-8 | Основные направления воспитательной деятельности  № 1-8 |
| Ауди  тор  ные | Внеа  уди  торные |  |
| 1 | Введение «Вот мы и в школе» | 4 | 2 | 2 | Определение   понятия   «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы,  укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма | №1- 5  № 7-8 |
| 2 | Моё здоровье в моих руках | 3 | 2 | 3 | формирование потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений. | №1- 5  № 7-8 |
| 3 | Я в школе и дома | 5 | 2,5 | 2,5 | Знать нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона, направленных  на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам. | №1- 5  № 7-8 |
| 4 | Чтоб забыть про докторов | 4 | 2 | 2 | Освоение навыков  здорового  образа жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым". | №1- 5  № 7-8 |
| 5 | Я и моё ближайшее окружение | 1,5 | 1,5 | 1,5 | Развивать познавательные процессы, ориентированных на формирование  позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию. | №1- 5  № 7-8 |
| 6 | «Вот и стали мы на год взрослей» | 3 | 1,5 | 1,5 | Моделировать в ходе практической работы ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  Характеризовать правила оказания первой помощи при несчастных случаях. | №1- 5  № 7-8 |
| 7 | По страницам Олимпийских игр | 3 | 1,5 | 1,5 | Знать что такое Олимпийские игры и олимпийское движение.  Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении под-вижных игр.  Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.  Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.  Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. | №1- 5  № 7-8 |
| 8 | Познай самого себя | 3 | 1,5 | 1,5 | Характеризовать основные функции систем органов человеческого тела.  Моделировать в ходе практической работы ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  Характеризовать правила оказания первой помощи при несчастных случаях. | №1- 5  № 7-8 |
| 9 | Здоровье и движение | 3 | 1,5 | 1,5 | Осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению   упражнений   в оздоровительных формах занятий. Моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств.  Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств.  Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз. | №1- 5  № 7-8 |
| 10 | Питание и здоровье | 8,5 | 4 | 4,5 | Характеризовать основные функции систем органов человеческого тела.  Моделировать в ходе практической работы ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  Характеризовать правила оказания первой помощи при несчастных случаях.  Измерять температуру тела, вес и рост человека. | №1- 5  № 7-8 |
| 11 | Здоровье и окружающая среда | 3 | 1,5 | 1,5 | Приводить примеры зависимости удовлетворения потребностей людей от природы, включая потребности эмоционально-эстетического характера.  Анализировать влияние современного человека на природу, оценивать примеры зависимости благополучия жизни людей от состояния природы.  Моделировать ситуации по сохранению природы и её защите.  Различать правильные и неправильные формы поведения в природе.  Оценивать личную роль в охране воды, воздуха, полезных ископаемых, экосистем, растительного и животного мира. | №1- 5  № 7-8 |
| 12 | Природа  нашей области и здоровье | 3 | 3 | 1,5 | Практическая работа: составлять вместе со старшими родственниками родословную древа семьи на основе бесед с ними о поколениях в семье.  Подготавливать в группе рассказ, по результатам экскурсии в краеведческий музей с целью ознакомления с природой родного края.  Обмениваться сведениями, полученными в ходе бесед со старшими членами семьи о лекарственных растениях родного края, лечебных источниках, грязевых вулканах и известных людях-долгожителях.  Находить эти сведения в справочной и дополнительной литературе. Извлекать (по заданию учителя) необходимую информацию из учебника и дополнительных источников знаний (словари, энциклопедии, справочники) о природных сообществах и обсуждать полученные сведения. | №1- 5  № 7-8 |
| 13 | Знай и будь осторожным | 3 | 1,5 | 1,5 | Составлять режим дня в группах.  Проводить групповые наблюдения во время экскурсии по школе (учимся находить класс, своё место в классе и т. п.).  Проводить наблюдения в группах во время экскурсии по своему району или городу (путь домой).  Изображать путь от дома до школы с помощью условных обозначений.  Обсуждать коллективно необходимость соблюдения правил здорового образа жизни.  Выявлять потенциально опасные ситуации для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества.  Практическая работа по освоению правил поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоёмах, в школе. | №1- 5  № 7-8 |
| 14 | Подвижные игры | 16 | - | 16 | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.  Излагать правила и условия проведения подвижных игр.  Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.  Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.  Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.  Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.  Осваивать универсальные умения управлять *эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.*  Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. | №1- 5  № 7-8 |
|  | Итого | 135 | 25,5 | 42 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**3.Содержание программы**

1-2 классы(возрастная группа 7-8 лет)

*Раздел 1  Введение  «Вот мы и в школе».(4/4 ч.)*

 Определение   понятия   «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы,

укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма.

*Раздел 2.   Питание и здоровье (5/6ч.)*

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. Моё здоровье в моих руках( 6/6ч.)*

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. Я в школе и дома (5/5ч.)*

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. Чтоб забыть про докторов ( 4/4ч.)*

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

*Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение (3/3ч.)*

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.

*Раздел 7. «Вот и стали мы на год  взрослей» ( 3/3ч.)*

Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

*Раздел 8. «По страницам Олимпийских игр» ( 3/3ч.)*

История появления Олимпийских игр. Знакомство с олимпийскими  чемпионами.

3-4 классы(возрастная группа-9-10 лет)

*Раздел 9  . Познай самого себя(3/3ч)*

Части тела, их функциональное предназначение. Анализаторы человека: глаза, уши, нос, язык, кожа.  Внутренние органы и их предназначение. Рост и развитие человека, периодизация развития. Здоровье и болезнь. Важность соблюдения режима дня для здоровья. «Язык тела».

*Раздел 10.   Питание и здоровье (3/3ч.)*

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 11. Здоровье и окружающая среда( 3/3ч.)*

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 12.Здоровье и движение (3/3ч.)*

Движение и красота человека. Как работают наши мышцы. Изменение работоспособности. Факторы, влияющие на утомление. Активный и пассивный отдых. Как правильно заниматься спортом.

*Раздел 13. Природа  нашей области и здоровье ( 3/3ч.)*

 Климат, погода и здоровье. Закаливание. Закаливание холодом и водой. Как правильно загорать. Везде есть свои правила. Знай меру во всем. Какие опасности ожидают тех, кто забыл об отдыхе на природе.

*Раздел 14. Знай и будь осторожным (3/3ч.)*

 Какие ситуации опасны. Куда обратиться в случае опасности. Как вести себя с незнакомыми людьми. Правила безопасного поведения на дороге. Опасные факторы современного жилища; ожоги, электротравмы.  Инфекционные заболевания.

*Раздел 15. Подвижные игры (16/16)*

  Игры и развлечения в зимнее время года.

Игры и развлечения в летнее время года.

Подвижные игры с элементами спортивных игр.

Народные подвижные игры

***Предполага*емые результаты реализации программы:**

 Результаты первого уровня (приобретение младшими школьниками социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни)

-о единстве и взаимовлиянии различных видов здоровья человека: физического, психического, физиологического

-правил экологического поведения, вариантов здорового образа  жизни

-норм и правил экологической этики

-традиций нравственно-этического отношения к природе и здоровью в культуре народов России

- о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации

-о логике и правилах научного исследования

- об основах решения проектных задач, организации коллективной творческой деятельности

-о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе, решения нестандартных задач

Результаты второго уровня( формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):

-умение определять ценность экологической культуры, экологического качества окружающей среды, здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, при взаимодействии с людьми;  адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье человека

-умения анализировать изменения в окружающей среде и прогнозировать последствия этих изменений для природы и здоровья человека

- умение устанавливать причинно-следственные связи возникновения и развития явлений в экосистемах

- знания о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека

-резко негативное отношение к курению, алкогольных напитков, наркотиков и других психоактивных веществ

-отрицательное отношение к загрязнении  окружающей среды, расточительному расходованию природных ресурсов и энергии

-умение противостоять негативным факторам, способствующим ухудшению здоровья, понимание важности физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества, всестороннего развития личности.

Результаты третьего уровня (приобретения школьником опыта самостоятельного социального действия):

- знание и выполнение санитарно-гигиенических правил, соблюдение здоровьесберегающего режима дня

- умение рационально использовать физическую и интеллектуальную деятельность, оптимально сочетать труд и отдых, различные виды активности в целях укрепления физического, духовного и социально-психологического здоровья

-проявление интереса к прогулкам на природе, подвижным играм, участи в спортивных соревнованиях, походах, занятиям в спортивных секциях, военизированным играи

-формирование начального опыта участия в общественно значимых делах по охране природы и заботе о личном здоровье окружающих людей

-овладение начального опыта сотрудничества, связанного с решением местных экологических проблем и здоровьем людей.

                     Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Олимпионик»- является формирование следующих универсальных действий(УУД):

ЛичностныеУУД

*-  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 «Олимпионик» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

*-  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.

-  Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

-  Учиться совместно с учителем и другими учениками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности класса .

- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

*Познавательные УУД:*

- Делать предварительный отбор источников информации: *ориентироваться* в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).

- Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию.

- Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей группы.

- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

*Коммуникативные УУД:*

Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

*Слушать*и*понимать* речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

*Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:*

- осознание  обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

**5. Формы и виды контроля:**

-соревнования( определение физического развития детей)

-конкурсы рисунков и КВН( определение уровня развития детей, их творческих способностей)

-проекты  ( определение степени усвоения учащимися материала)

**6. Методические рекомендации**

       Данную рабочую программу рекомендовано использовать во внеурочной деятельности учащихся 1-4-х классов. Она предлагает систематизацию и определенную ориентацию школьников на здоровый образ жизни, на становление ученика как на физически здоровой личности. Целенаправленность и регулярность в воспитательной работе повышает уровень нравственного, физического и интеллектуального  развития личности. Программа обеспечивает целостность учебно-воспитательного процесса на период обучения школьников в учебном заведении. Разнообразие форм и методов, формируют у воспитанников толерантность, экологическую культуру, умение рационально организовывать режим дня, питания, правила гигиены.

 Программа направлена на проведение отдельных занятий, соревнований, конкурсов в рамках дополнительных часов, кружковой работы и творческой самостоятельной работы дома. Кроме того, каждый отдельный раздел курса включает в себя дополнительные виды деятельности:

          -чтение стихов, сказок, рассказов;

   - постановка драматических сценок, спектаклей;

   -прослушивание песен и стихов;

   -разучивание и исполнение песен;

   -организация подвижных игр;

   -проведение опытов;

   -выполнение физических упражнений, упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие воображения;

           Подобраны такие формы проведения занятий, которые соответствуют возрастным особенностям младших школьников. Тематика уроков здоровьесбережения, простроенная согласно данной программе,  тесно связана с повседневной деятельностью детей и построена так, чтобы ребенок без особых усилий, но последовательно и постоянно овладевал необходимыми  знаниями и умением их применять в своей жизни и общении с окружающими.

        В школе есть все условия и место для проведения кружка «Олимпионик»- это учебный кабинет; рекреация; актовый зал; спортивный зал; спортивная площадка при школе; стадион, необходимые для получения наилучшего образовательного результата.

  Организация учебных занятий предполагает, что любое  занятие  для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности. Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка. Очень важно обеспечить  мотивацию к творчеству.

*Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.*

**7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения | Количество |
| 1.Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)\* | | |
| 1  2  3  4  5  6  7 | Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.-2002.-№5.-с.54.  Герасименко Н. П. Помоги сам себе.-2001.  Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004  Зайцев Г.К. Уроки Айболита.- СПб.,-1997.,   Уроки Мойдодыра.- СПб.,-1996., Твои первые уроки здоровья – СПб., 1995.  Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. СПб., 1998.  Энциклопедический словарь юного биолога /Сост. М.Е.Аспиз. – М., 1986.  Энциклопедический словарь юного спортсмена /Сост. И.Ю, Сосновский, А.М. Чайковский – М., 1980 | 1  1  1  1  1  1  1 |
| 2. Печатные пособия | | |
|  | Таблицы « Режим дня»  Таблицы « Пирамида правильного питания»  Таблицы «Правильная осанка»  Таблицы «Виды спорта. Символы»  Таблицы «Закаливание организма»  Таблицы «Опасности вокруг нас» |  |
| 3. Технические средства обучения | | |
| 1  2  3  4 | компьютер,  принтер,  сканер,  мультмедиапроектор; | 1  1  1  1 |
| 4. Экранно-звуковые пособия | | |
| 1  2  3  4 | Аудиозаписи.  DVD фильм Киплинга « Маугли».  DVD фильм Первая помощь при травмах и ожогах.  DVD фильм Лесные опасности.  DVD фильм Пищевые отравления и как их избежать  DVD фильм «Ловушки на дорогах»,  DVD фильм Враги здоровья – вредные привычки. | 1  1  1  1  1  1 |
| 5. Игры и игрушки | | |
| 1  2  3  4  5  6  7  8 | Стол для игры в настольный теннис  Сетка и ракетка для игры в настольный теннис  Шахматы (с доской)  Шашки (с доской)  Муляж фруктов и овощей.  Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?».  Игра «Угадайка».  Игра «Светофор здоровья». |  |
| 6. Учебно-практическое оборудование | | |
| 1  2  3  4  5  6 | Скакалка детская  Мячи баскетбольные, футбольные, гандбольные, волейбольные  Кегли  Обруч детский  Флажки | 20  по2  2  10  4  10 |

**Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)\***

**Список используемой литературы для детей:**

1.Новолодская Е.Г. Уроки здоровья//Нач.шк., №5, 2001

2.Верхлина Г.,Верхлин В., Работа над осанкой// Здоровье детей, №8/2006

3. Верхлина Г.,Верхлин В., Работа над осанкой// Здоровье детей, №9/2006

4.Зайцев Г.К., Зайцев А.Г., твое здоровье: укрепление организма.- СПб.,1998

5.Кокаева И.Ю.Растить ученика здоровым// Нач.шк.,№7, 2003

**Список используемой литературы для педагога:**

1. Коростелев Н.Б. Воспитание здорового школьника Пособие для учителя/ Под ред В.Н. Кардашенко.- М.: Просвещение, 1986
2. Латохина Л.И. творим здоровье для души и тела.- СПб., 1997
3. Новолодская Е.Г. Уроки здоровья//Нач.шк., №5, 2001
4. Щелчкова Л.А. Наша программа здоровья// Нач.шк., №10, 2001
5. Ягодинский В.Н. Школьнику о вреде курения, алкоголя. М.П., 1986
6. Белоусова О.Е. «Вредным привычкам нет!»-Биол. В школе, 2004, №7
7. Соловьев А.Л. Навыки жизни. М., 2001

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО:  Протокол заседания №1 методического объединения учителей начальных классов ООШ № 24  от «\_\_\_\_\_» августа 2023 года  Руководитель ШМО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Н.А. Коваль / | СОГЛАСОВАНО:  Заместитель директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /  «\_\_\_\_\_» августа 2023года |