


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Загаднинская основная общеобразовательная школа»
Новокузнецкого района Кемеровской области

Рекомендовано к работе
педагогическим советом
Протокол № 1
от «31» 08. 2020г.

Утверждаю:
Директор МБОУ «Загаднинская ООШ»
 /Игумина Г.И./
Приказ № 49 от «31» 08. 2020г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«МИР ЗДОРОВЬЯ»
1-4 классы
(спортивно-оздоровительное направление)**

Составила:
Шуренкова В.П.

Программа внеурочной деятельности «**Мир здоровья**» разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;

7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родо-видовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

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

Содержание курса	Виды деятельности
<p>1. <i>Основы знаний о народной подвижной игре.</i> Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры. Разбор и проигрывание игр наших родителей. Понятие «правила игры». Выработка правил. «Пятнашки», «Фанты», «Горелки», «Лапта», «Штандр».</p>	<p><i>Досугово-развлекательная, спортивно-оздоровительная и познавательная деятельность.</i> <i>Формирование знаний</i> о народной игре; о правилах игры и истории их появления. <i>Умение</i> использовать игру как средство для активного отдыха. <i>Выполнение</i> всех правил игр.</p>
<p>2. <i>Игры на свежем воздухе.</i> Русские народные игры. «Ловушка». Групповые игры («Охотник и сторож», «Карусель», «Совушка»).</p>	<p><i>Игровая, спортивно-оздоровительная и познавательная деятельность.</i> <i>Формирование знаний</i> о народной игре; о правилах игры и истории их появления. <i>Умение</i> использовать игру как средство для активного отдыха; распределиться на команды с помощью считалочек. <i>Выполнение</i> всех правил игр. <i>Общение и взаимодействие</i> со сверстниками.</p>
<p>3. <i>Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!</i> Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек. Оборудование: скакалки, спортивные обручи, мячи, кегли.</p>	<p><i>Спортивно-оздоровительная и познавательная деятельность.</i> <i>Формирование знаний</i> об основных формах занятий физической культурой (утренней зарядке, закаливании, как правильно ухаживать за зубами, о необходимости хорошего и крепкого сна; игр во время отдыха, туристических походах); о подвижной игре; о правилах игр с предметами. <i>Умение</i> объяснять значение физических упражнений для укрепления здоровья; использовать игру как средство для активного отдыха, моделировать игровые ситуации. <i>Выполнение</i> всех правил игр. <i>Умение</i> общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности. <i>Общение и взаимодействие</i> со сверстниками.</p>
<p>4. <i>Игры-эстафеты.</i> Эстафеты с мячами. Объяснение правил игры. «Бег по кочкам». Большая игра с малым мячом («Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча»). Эстафеты с бегом и прыжками. Эстафеты с преодолением препятствий.</p>	<p><i>Игровая, спортивно-оздоровительная и познавательная деятельность.</i> <i>Объяснение</i> правил подвижных игр. <i>Умение</i> выполнять правила игр-эстафет в процессе игровой деятельности, подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами, регулировать эмоции в процессе игровой деятельности и управлять ими. <i>Общение и взаимодействие</i> со сверстниками. <i>Соблюдение</i> правил техники безопасности.</p>
<p>5. <i>Подвижные игры разных народов.</i> Русские народные («Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки»). Белорусские народные («Михасик»),</p>	<p><i>Игровая, спортивно-оздоровительная и познавательная деятельность.</i> <i>Формирование знаний</i> о подвижных играх разных</p>

<p>«Прела-горела»). Украинские народные («Высокий дуб», «Колдун»). Мордовские народные («Котел», «Салки»). Татарские народные («Серый волк», «Скок-перескок»). Чувашские народные («Хищник в море», «Рыбки»). Калмыцкие народные («Альчики», «Забрасывание белого мяча»). Азербайджанские народные («Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек»). Игры народов Востока («Скачки», «Собери яблоки»).</p>	<p>народов; о правилах игр разных народов. <i>Умение</i> использовать игру как средство для активного отдыха; распределиться на команды с помощью считалочек. <i>Выполнение</i> всех правил игр. <i>Общение и взаимодействие</i> со сверстниками.</p>
<p>6. <i>Общеразвивающие физические упражнения</i> на развитие основных физических качеств. Большая игра с малым мячом («Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча»). Упражнения со скакалками. Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения («змейкой», «по кругу», «спиной вперед»), из разных исходных положений, высокий старт с последующим стартовым ускорением. Упражнения со скакалками.</p>	<p><i>Игровая, спортивно- оздоровительная и познавательная деятельность.</i> <i>Формирование знаний</i> об общеразвивающих физических упражнениях; о правилах игры с предметами. <i>Умение</i> использовать игру как средство для активного отдыха; распределиться на команды с помощью считалочек. <i>Выполнение</i> всех правил игр. <i>Общение и взаимодействие</i> со сверстниками.</p>
<p>7. <i>Подвижные игры, основанные на элементах:</i> – гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка»; – легкой атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву»; – лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»; – спортивной игры: «Брось – поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».</p>	<p><i>Игровая, спортивно- оздоровительная и познавательная деятельность.</i> <i>Формирование знаний</i> о подвижных играх, основанных на элементах гимнастики , лёгкой атлетики, лыжной подготовки, спортивной игры; о правилах игр. <i>Умение</i> использовать игру как средство для активного отдыха; распределиться на команды с помощью считалочек. <i>Выполнение</i> всех правил игр. <i>Общение и взаимодействие</i> со сверстниками.</p>
<p>8. <i>Зимние забавы.</i> Зимой на воздухе. «Городки». Скатывание шаров. «Гонки снежных комов». Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров». Эстафета на санках. Лыжные гонки.</p>	<p><i>Игровая, спортивно- оздоровительная и познавательная деятельность.</i> <i>Умение</i> использовать игру как средство для активного отдыха; распределиться на команды с помощью считалочек. <i>Выполнение</i> всех правил игр. <i>Общение и взаимодействие</i> со сверстниками.</p>
<p>9. <i>Настольные игры</i> «Лото», «Домино», «Шашки», «Шахматы», «Ладощки», «Силачи», «Сядем парочкой», «Не урони монету», «Поймай рыбку»</p>	<p><i>Игровая, спортивно- оздоровительная и познавательная деятельность.</i> <i>Формирование знаний</i> о настольных играх. <i>Умение</i> использовать игру как средство для активного отдыха. <i>Выполнение</i> всех правил игр. <i>Общение и взаимодействие</i> со сверстниками.</p>
<p>10. <i>Туризм.</i> Правила безопасного поведения в лесу.</p>	<p><i>Спортивно- оздоровительная, познавательная и досугово- развлекательная деятельность.</i></p>

Практическое занятие «Ориентирование». Собираемся в поход. Практическое занятие «Костёр». Подвижные игры на свежем воздухе. Однодневный поход. Практическое занятие «Узлы и их виды».

Формирование знаний о туризме, правила безопасного поведения в лесу, об узлах и их видах. *Умение* ориентироваться в лесу. *Выполнение* всех правил игр. *Общение и взаимодействие* со сверстниками.

Формы организации внеурочной деятельности: экскурсии, кружки, круглые столы, общественно- полезные практики и другие формы на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

3. Тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела, темы	Количество часов по классам			
		1	2	3	4
1.	Основы знаний о народной подвижной игре.	2	1	1	1
2.	Игры на свежем воздухе.	1	2	2	4
3.	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	16	15	16	15
4.	Игры-эстафеты	1	1	1	3
5.	Подвижные игры разных народов	2	2	1	3
6.	Общеразвивающие физические упражнения	3	2	3	2
7.	Подвижные игры	1	4	5	3
8.	Зимние забавы	5	6	4	2
9.	Настольные игры	1	1	1	1
10.	Туризм	3	1	1	1
Итого		35	35	35	35