


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
г. Калининграда гимназия № 32

<p>«Рассмотрено» на заседании кафедры <i>В.И.Иванов / И.С.Сидорова</i> Протокол № <u>1</u> от 03.08.2020 г.</p>	<p>«Согласовано» на заседании НМС МАОУ гимназии № 32 <i>Н.Ю.Шеленкова</i> /Шеленкова Н.Ю./ ФИО зам. директора по НМР, УВР Протокол № 1 от 03.08.2020 г.</p>	<p>Разрешено к применению на заседании директора МАОУ гимназии № 32 <i>В.Н.Иванов</i> Протокол № 1 от 03.08.2020 г.</p> 
---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочная деятельность

«Планета здоровья» 3 класс

Предмет, класс

Количество часов на год: 17

Всего в неделю: 1

Уровень: базовый

г. Калининград

2020

Программа внеурочной деятельности «Планета Здоровья»

Программа составлена в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования(в ред. приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 N 1241,от 22.09.2011 N 2357) ;
- Примерные программы внеурочной деятельности (начальное и основное общее образование);
- Образовательная программа начального общего образования МАОУ гимназии №32.
- Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании. - М.ОЛМА Медиа Групп, 2009.

Пояснительная записка

Главная цель:

формирование установки на ведение здорового образа жизни и развитие навыков самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья.

Цель конкретизирована следующими задачами:

1. *Формировать* представления о факторах, оказывающих влияние на здоровье; навыках конструктивного общения; потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.
2. *Обучать* 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.

I.Описание места курса внеурочной деятельности в учебном плане

1. Программа рассчитана на 17 учебных часов.
2. Срок реализации программы 2020-2021 учебный год.
3. **Форма организации:** Программа предусматривает проведение занятий с целым классом, работы детей в группах, парах, индивидуальная работа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.
4. **Формы и методы проведения занятий:** беседа, игра, практическая работа, эксперимент, наблюдение, экспресс-исследование, коллективные и индивидуальные исследования, самостоятельная работа, защита исследовательских работ, мини-конференция, консультация.

II. Описание учебно-методического комплекта

Литература для учителя:

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании/ Методическое пособие. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2009,79с.
2. Верзилин Н. Путешествие с домашними растениями. -Л., 1974,200с
3. Кондова С.Н.Что готовить, когда мамы нет дома М., 1990,185с
4. Ладодо К.С Продукты и блюда в детском питании. М.,1991,190с
5. Похлёбкин В.В. История важнейших пищевых продуктов.М., 2000, 350с
6. Справочник по детскому диетике. М.1977., 340 с.
7. Этикет и сервировка праздничного стола. М., 2002.400с.
8. Верзилин.Н По следам Робинзона Л. 1974,254с
9. Верзилин.Н Путешествие с комнатными растениями - Л., 1974,254с
10. Кондова С. Н. Что готовить, когда мамы нет дома. М.,1990, 185.
11. Огуреева Г.Н. Краткий атлас – справочник грибника и ягодника.М., Издательство АСТ, 2001с.
12. М.Г. Пряниковой «Здоровьесберегающие технологии». – М.: Просвещение, 2011 г
- 13.Захаров. А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей.М. 2005. - 85 с.
- 14.Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
- 15.Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2004. – 124 с.
- 16.Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
- 17.Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
- 18.Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с.
- 19.Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
- 20.Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 - 2003, с.57.

Литература для учащихся:

1. Рабочая тетрадь для уроков здоровья во 2-3 классе. И.И. Семенова. 2016 г.

III. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса «Планета здоровья»

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

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на занятии;
- учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учиться работать по предложенному учителем плану.

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, полученную на уроке;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

Коммуникативные УУД:

- 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).

Личностные результаты изучения программы:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья;
- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья.

IV. Содержание изучаемого курса

<i>№ по п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	«Здоровый образ жизни, что это?»	1

2	Личная гигиена	1
3	В гостях у Мойдодыра	1
4	Правильное питание - залог физического и психологического здоровья	1
5	Вредные микробы	1
6	Труд и здоровье	1
7	Наш мозг и его волшебные действия	1
8	Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья	1
9	«Природа - источник здоровья»	1
10	Мой внешний вид - залог здоровья	1
11	Гигиена правильной осанки	1
12	«Спасатели, вперёд!»	1
13	Движение - это жизнь	1
14	«Дальше, быстрее, выше»	1
15	Мир моих увлечений	1
16	Я и опасность	1
17	Чему мы научились и чего достигли	1

V. Практическая часть

Формы работы на занятиях по «Планета здоровья»

Ожидаемые результаты реализации программы

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни, приобретение теоретических знаний).

Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом, обучение практическим навыкам поиска информации).

Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия, создание собственной проектной работы).

Итоги реализации программы могут быть *представлены* через презентации проектов, участие в конкурсах и олимпиадах по разным направлениям, выставки, создание памятки, буклета.