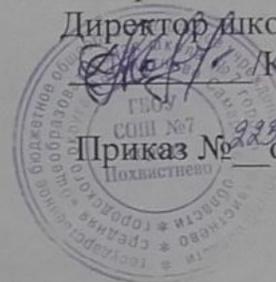


государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 7 города Похвистнево городского округа Похвистнево Самарской области

Рассмотрена
на заседании МО учителей
начальных классов
Председатель МО Иванова Ю.И.
Протокол № 1 от «26» августа 2016 г.

Согласована
Зам.директора по УВР
Козлова О.В.
« 29 » августа 2016 г.

Утверждена
Директор школы
Козлов Д.А.
Приказ № 223/1 от «31» августа 2016 г.



Рабочая программа внеурочной деятельности

«Час здоровья»

3 класс

г. Похвистнево
2016 г.

I. Пояснительная записка.

В основу рабочей программы взяты следующие нормативно-правовые документы:

1. Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного стандарта начального общего образования»;
2. Приказ Минобрнауки России от 26.11.2010 №1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Рос.Федерации от 6 октября 2009 № 373»(нет требований к количеству часов, предусмотренных на внеурочную деятельность);
3. Закон РФ «Об образовании» (п.16, ст.50)
(«Обучающиеся воспитанники гражданских образовательных учреждений имеют право на свободное посещение мероприятий, не предусмотренных учебным планом»);
4. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа»;
5. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
6. Письмо Минобрнауки России от 13 мая 2013 года № ИР-352/09 «О направлении программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях»;
7. Письмо Минобрнауки России от 12 июля 2013 года № 09-879 «О направлении рекомендаций по формированию перечня мер и мероприятий по реализации Программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательной школе»;
8. Положение о внеурочной деятельности ГБОУ СОШ №7 города Похвистнево;
9. Письмо министерства образования и науки Российской Федерации от 14 декабря 2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
10. Письмо министерства образования и науки Самарской области от 17.02.2016 № МО-16-09-01/173-ТУ «О внеурочной деятельности».
11. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» («Внеурочную деятельность реализуют в виде экскурсий, кружков, секций, олимпиад, соревнований и т.п.»)
12. Рабочая программа «Час здоровья» составлена на основе программы Пряниковой М.Г. «Здоровьесберегающие технологии» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, с учетом образовательного процесса школы и реализуется в соответствии с моделью внеурочной деятельности школы.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

II. Личностные и метапредметные результаты внеурочной деятельности «Час здоровья» 3 класс

- **личностные результаты** — 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 результаты** — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Час 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 «Час здоровья» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

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

2. 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.
- 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.

3. 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.

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.

III. Содержание программы:

Рабочая программа включает в себя 270 часов занятий (2 часа в неделю) и рассчитана на 4 года обучения.

1 класс - 66 часов, 2-4 классы – по 68 часов.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Час здоровья» обучающиеся должны **знать:**

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

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;
- 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;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- 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.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Социально одобряемая модель поведения может быть выработана только в результате вовлечения обучающихся в здоровьесберегающие практики. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, КВНы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

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

**IV. Календарно-тематический планвнеурочной деятельности «Час здоровья»
3 класса**

№ уро-ка	Наименование раздела, тема урока	Кол- во часов	Форма проведения	СОТ
Самопознание через чувство и образ (11 ч)				
1-2	Я познаю себя	2	беседа	проблемное обучение, ИКТ
3-4	Я познаю себя	2	конкурс рисунков	проблемное обучение, ИКТ
5-6	Я познаю себя	2	тестирование	разноуровневое обучение
7-8	Мы все похожие и разные. Я познаю других.	2	игра	групповая работа
9	Мы все похожие и разные. Семейный альбом.	1	конкурс рисунков	групповая работа
10	Человек в мире людей.	1	игра	Командная работа
11	Человек в мире людей.	1	экскурсия	групповая работа
Школа здорового питания (14 ч)				
12-13	Питание и эмоциональное состояние	2	беседа	разноуровневое обучение, ИКТ
14-15	Пищеварение: как это происходит?	2	работа в рабочих тетрадях	разноуровневое обучение
16-17	Питательные вещества и их значение для роста и развития организма.	2	викторина	командная работа
18-19	Питание и индивидуальное здоровье.	2	подвижные игры на свежем воздухе	командная работа
20-21	Питание и индивидуальное здоровье.	2	игра.	групповая работа
22-23	Производство, хранение и распространение про-дуктов питания.	2	экскурсия	групповая работа
24-25	Приготовление пищи. (Сдвоенный урок)	2	игра	разноуровневое обучение
Ослепительная улыбка на всю жизнь (13 ч)				
26-29	Заболевание десен.	4	беседа	проблемное обучение, ИКТ
30-31	Питание.	2	работа в рабочих тетрадях	разноуровневое обучение
32-33	Как фтор укрепляет зубы.	2	Практическая работа №1	ИКТ
34-35	Посещение стоматолога.	2	беседа	проблемное обучение
36-38	Основные правила гигиены.	3	составление памятки основных правил гигиены	проблемное обучение, ИКТ
Профилактика адекватного поведения и случайных отравлений лекарственными препаратами (12ч)				
39-41	Лекарственные препараты. Воздействие различных доз лекарственны препаратов на организм челове-	3	экскурсия на пришкольном участке	групповая работа

	ка.			
42-44	Табак. Воздействие табака на организм человека.	3	Практическая работа №2	проблемное обучение, ИКТ
45-47	Алкоголь. Взаимодействие алкоголя на организм человека (на примере водки).	3	презентация на интерактивной доске на тему: «Вред алкоголя в жизни общества»	ИКТ
48-50	Наркотические и токсические вещества. Долог ли путь к зависимости? Успеет ли человек оглянуться?	3	беседа	проблемное обучение, ИКТ
Я в школе и дома (6 ч)				
51	Мой внешний вид -залог здоровья	1	конкурс рисунков	групповая работа
52	«Доброречие»	1	командная игра	
53	Спектакль. С. Преображенский «Капризка»	1	разыгрывание ребятами сценки	групповая работа
54	«Бесценный дар - зрение».	1	беседа и знакомство с упражнениями для глаз	ИКТ
55	Гигиена правильной осанки	1	практическое занятие	групповая работа
56	«Спасатели, вперёд!»	1	викторина	ИКТ
Я и моё ближайшее окружение (8 ч)				
57	Мир моих увлечений	1	конкурс рисунков	групповая работа
58	Вредные привычки и их профилактика	1		
59	Добро лучше, чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль. А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	1	постановка кукольного театра	сотрудничество
60-61	Мир эмоций и чувств.	2	подвижные игры на свежем воздухе	командная работа
62	«Веснянка»	1	конкурс рисунков	индивидуальная работа
63-64	В мире интересного	2	КВН	командная работа
«Вот и стали мы на год взрослей» (4 ч)				
65	Я и опасность.	1	беседа	проблемное обучение, ИКТ
66	Лесная аптека на службе человека	1	экскурсия	сотрудничество
67	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	1	викторина	командная работа
68	Чему мы научились и чего достигли	1	диагностика	ИКТ
	Итого:	68		