

Муниципальное образование город Приморско-Ахтарск Краснодарского края  
(территориальный, административный округ (город, район, поселок))

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 18 им. 30-летия Победы  
(полное наименование образовательного учреждения)

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета

от «31» августа 2021 года протокол №1

Председатель \_\_\_\_\_ Бурун М.Н.

подпись руководителя ОО Ф.И.О.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Кружок «Школа здоровья»

Срок реализации программы 1 год

Возраст обучающихся 9 - 11 лет

Учитель Черевань Елена Александровна

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

1. Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года №273-ФЗ. Принят Государственной Думой 21.12.2012г. Одобрен Советом Федерации 26.12.2012г.

2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (с изменениями и дополнениями).

## АННОТАЦИЯ

Программа «Школы здоровья» создаёт благоприятные условия, обеспечивающие возможность сохранения здоровья; формирует необходимые знания, умения и навыки, способствующие поддержанию здорового и безопасного образа жизни; использует полученные знания в практике с целью улучшения состояния собственного здоровья.

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Школа здоровья» составлена в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

1. Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года №273-ФЗ. Принят Государственной Думой 21.12.2012г. Одобрен Советом Федерации 26.12.2012г.
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (с изменениями и дополнениями)
3. Приказа Минобрнауки РФ от 31.03.14 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»
4. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 3 марта 2011г., регистрационный N 19993);

Программа включает предметные результаты освоения программы, основное содержание курса, тематическое планирование с примерным распределением учебных часов по разделам и темам. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа здоровья» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья учащихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

## 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни;об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

Личностные результаты.

У обучающихся будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками;
- доброжелательное отношение к сверстникам;
- бесконфликтное поведение;
- стремление прислушиваться к мнению одноклассников;

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу; сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе;

овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

## **2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

*3 год обучения «Быть здоровым — значит быть счастливым».*

### Тема 1. Вредные привычки.

Вредные привычки, причины их формирования. Курение и его вредное влияние на организм. Алкоголь и наркотики не только разрушают твоё здоровье, но и твою жизнь.

### Тема 2. Организм человека.

Двигательные качества человека: гибкость, ловкость, быстрота, сила и выносливость. Зубы. Строение зубов. Как сохранить улыбку красивой. Уход за зубами. Органы дыхания. Правильно поставленное дыхание. Органы зрения. Строение глаза. Острота зрения. Бережное отношение к своему зрению. Укрепление мышц глаза. Дальнозоркость. Близорукость. Влияние близорукости на здоровье человека.

### Тема 3. Азбука закаливания.

Азбука закаливания. Виды закаливания организма человека. Воздушные ванны. Умывание и обливание холодной водой.

### Тема 4. Чистота- залог здоровья.

Гигиена одежды и обуви. Познакомить со значимостью чистоты тела и жилища, как необходимыми условиями сохранения здоровья, раскрыть сущность понятия «экология жилища».

### Тема 5. Моя безопасность.

Правила личной безопасности и профилактики травматизма при взаимодействии с окружающей средой. Правила поведения с незнакомыми людьми. Виды водоемов. Правила поведения на водоемах. Значение водоемов в жизни человека. Правила безопасного поведения на дорогах. Пешеход и водитель. Я – велосипедист.

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема	Количество часов			Характеристика деятельности обучающихся
<b>3 год обучения</b> <b>«Быть здоровым — значит быть счастливым»</b>					
		Всего	Аудиторные	Внеаудиторные	
1	Вредные привычки.	8	6	2	Вредные привычки и их профилактика. Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма «Курение – это болезнь». Беседа «Какие бывают вредные привычки?» Практическое занятие «Вредные привычки».
2	Организм человека.	10	6	4	Двигательные качества человека: гибкость, ловкость, быстрота, сила и выносливость. Органы зрения. Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма «Как сохранить и укрепить зрение». Практическое занятие «Гимнастика для глаз», «Тренировка дыхания через систему физических упражнений».
3	Азбука закаливания.	5	2	3	Виды закаливания организма человека (воздушные ванны, умывание и обливание холодной водой). Экскурсия «У природы нет плохой погоды».
4	Чистота- залог здоровья.	6	4	2	Беседа «Мода и школьные будни». Выпуск газеты «Чистота — залог здоровья». Подвижные игры.
5	Моя безопасность.	5	2	3	Правила безопасного поведения в доме, на улице, на воде. Беседа «Безопасное поведение». Игра-путешествие «Азбука безопасности».
	Итого	34	20	14	

СОГЛАСОВАНО  
 протокол заседания  
 методического объединения  
 учителей начальных классов №1  
 от 31 августа 2021 года  
 Руководитель ШМО

\_\_\_\_\_ / Метлицкая А.А./

СОГЛАСОВАНО  
 Заместитель директора по УВР  
 МАОУ СОШ №18  
 \_\_\_\_\_/Падалка Н.Г./  
 31 августа 2021 г.