

Вешкаймский лицей имени Б.П.Зиновьева при УЛГТУ

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО учителей начальных классов

Руководитель ШМО Ср /Патяева С.А./

Протокол № 1

от « 28 » августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

Ср / Патяева С.А./

« 29 » августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.О. директора МБОУ Вешкаймского
лицея имени Б.П.Зиновьева при

УЛГТУ

Феткуллова Г.Н.

Приказ № 297 от « 30 » августа.2024г.



Рабочая программа внеурочной деятельности

Название внеурочной деятельности Культура здоровья

Срок реализации программы, учебный год 2024-2025 учебный год

Количество часов по учебному плану всего 34 часа в год; в неделю 1 час

Вид внеурочной деятельности кружок

Возраст школьников 9 лет, 3 В класс

Рабочая программа составлена на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «31» мая 2021 г. № 286;

Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ Вешкаймского лицея имени Б.П.Зиновьева при УЛГТУ, утверждённой приказом от «30» августа 2024 г. № 296.

Учебный план на 2024-2025 учебный год (рассмотрен на педагогическом совете протокол №1 от 29.08.2024, утверждён приказом № 296 от 30.08.2024г)

Рабочую программу составил (а)

ЕАЧА

подпись

/ Агафонова Е.А. /

расшифровка подписи

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта, данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

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

Регулятивные УУД:

Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

Проговаривать последовательность действий на внеурочной деятельности

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).

Познавательные УУД:

Делать предварительный отбор источников информации: **ориентироваться** в источниках информации, в словаре).

Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы в дополнительной литературе, 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)

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 проявлении.

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

Показатели здоровья детей и подростков в России вызывает серьезную озабоченность медицинских, педагогических работников и общественности. Современная наука доказывает, что проблемы здоровья и оздоровления населения выходят за границы здравоохранения. Получены новые научные материалы о негативных тенденциях, связанных со здоровьем подрастающего поколения, особенностями современной системы образования, которая, во-первых, не побуждает и не учит конструировать собственное здоровье, во-вторых, противоречит естественным потребностям и является патогенным фактором в жизнедеятельности личности. Поэтому долю ответственности за ситуацию, сложившуюся со здоровьем молодежи, берет на себя система образования.

Рабочая программа составлена на основе образовательной программы «Культура здоровья» для учащихся 1-11 классов общеобразовательных учреждений Ульяновской области и рекомендована Министерством образования Ульяновской области в 2011 году.

Цель программы «Обучение культуре здоровья»:

Сформировать у учащихся знания, умения и навыки (компетентности), которые помогут им осуществлять ответственное поведение в отношении собственного здоровья и личного благополучия в течение всей жизни.

Задачи, обеспечивающие достижение цели:

- формирование знаний о физическом, психическом, социальном благополучии человека;
- обучение ребенка самопознанию;
- обучение безопасности и профилактике несчастных случаев;
- обучение гигиеническим правилам и предупреждению инфекционных заболеваний;
- обучение здоровому питанию;
- профилактика зависимостей от психоактивных веществ (ПАВ);
- формирование физической культуры личности;
- обучение навыкам семейной жизни, половое воспитание.

Программа состоит из семи разделов:

Здоровье, здоровый образ жизни; обучение самопознанию; межличностное общение; обучение безопасности и профилактика несчастных случаев; формирование физической культуры личности; профилактика ПАВ-зависимостей; обучение навыкам семейной жизни, половое воспитание. Данные разделы раскрывают три взаимосвязанных компонента здоровья: физическое, психоэмоциональное и социальное здоровье.

Программа основана на овладении учащимися жизненными умениями и навыками по сохранению и укреплению собственного здоровья. Важным компонентом реализации программы является использование интерактивных методов обучения, которые позволяют создать положительную мотивацию и вызвать интерес к изучаемым материалам.

К основным методам активного вовлечения учащихся в процесс формирования умений и навыков относятся: дискуссия, «мозговой штурм», демонстрации и практические действия под руководством учителя, ролевые игры, работа в малых группах, образовательные игры и моделирование ситуаций, изучение отдельных случаев, рассказывание историй, дебаты, проектный метод, аудио - визуальные методы подачи материала.

Принципы реализации программы:

При реализации программы, используются следующие принципы: превентивности (обучение той или иной теме проводится раньше того возраста, на который приходятся риски, способные оказать негативное воздействие на личность); принцип спиралевидного учебного плана (темы программы рассматриваются, постепенно разворачиваясь и усложняясь); принцип гендерного подхода (работа в группах, состоящих из лиц разного пола); принцип системности (необходимо рассматривать вопросы здоровья с биологической, психической и социальной точек зрения).

Оценка достижений учащихся может быть осуществлена: в начале процесса обучения (предварительная оценка); во время учебного процесса (текущая оценка); по окончании изучения определенного раздела программы (этапная оценка); в конце процесса обучения (итоговая оценка).

Оценивать достижения учащихся могут: сам ученик (самооценка); товарищи в классе; учитель.

Содержание внеурочной деятельности направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Культура здоровья - это комплексное понятие, которое включает теоретические знания о факторах, благоприятствующих здоровью, а также грамотное применение в повседневной жизни принципов сохранения здоровья.

Культура здоровья человека отражает его гармоничность и целостность как личности, адекватность взаимодействия с окружающим миром и людьми, а также способность человека к творческому самовыражению и активной жизнедеятельности.

Осознание школьниками значимости здоровья тесно связано с получением знаний и навыков по этой теме. Без усвоения соответствующих знаний невозможна сознательная деятельность. Только на основе знаний деятельность по сохранению здоровья может быть по-настоящему творческой, позволять человеку находить собственные пути укрепления здоровья, создавать собственный стиль здоровой жизни. С этих позиций одной из основных задач школы должно быть воспитание у детей культуры здоровья и безопасного поведения. Для достижения этой цели необходимо, во-первых, помочь детям осознать жизненный приоритет здоровья как одной из важнейших общечеловеческих ценностей и, во-вторых, обучить их здоровому и безопасному поведению в различных ситуациях

Распределение количества часов по разделам

№ п/п	Раздел учебного курса	Количество часов	
		По авторской программе	По рабочей программе
1.	Здоровье, здоровый образ жизни	6	8
2.	Обучение самопознанию	6	6
3.	Межличностное общение	6	6
4.	Обучение безопасности и профилактика несчастных случаев	8	8
5.	Формирование физической культуры личности		
6.	Профилактика ПАВ - зависимостей		
7.	Обучение навыкам семейной жизни. Половое воспитание	4	4
8.	Резерв		2
	Итого:	30	34

3. Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на усвоение каждой темы учебного курса внеурочной деятельности и возможность использования в этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, указание на форму проведения занятий, в том числе программы воспитания.

№	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	Дата		Электронные образовательные ресурсы
				По плану	Фактически	
	Здоровье. Здоровый образ жизни		8 ч			
1.	Здоровье. Здоровый образ жизни.	беседа	1	06.09.2024г.		Яндекс-учебник
2.	Непереносимость отдельных продуктов и блюд.	конкурс рисунков	1	13.09		Учи.ру
3.	Традиции приема пищи в разных странах.	просмотр фильма	1	20.09.		Инфоурок
4.	Традиции приема пищи в разных странах.	конкурс рисунков	1	27.09		инфоурок
5-6.	Личное отношение к хорошей физической форме.	игра	2	04.10; 18.10.		https://resh.edu.ru/subject/9/2/
7.	Профилактика инфекционных заболеваний.	диспут	1	25.10.		Яндекс-учебник
8.	Представление об иммунитете.	просмотр фильма	1	01.11.		инфоурок
	Обучение самопознанию		6ч			
9.	Здоровье и болезнь.	анализ ситуации	1	08.11		Учи.ру
10.	Гуманное отношение к физическим недостаткам.	круглый стол	1	15.11		инфоурок
11-12.	Мои сильные стороны.	анализ ситуации	2	29.11; 06.12.		Яндекс-учебник

13-14.	Как эмоции других влияют на нас.	беседа	2	13.12; 20.12.		инфоурок
Межличностное общение			6ч			
15-17.	Поведение на улице и в общественных местах.	экскурсия	3	27.12; 10.01; 17.01.		Учи.ру
18-20.	Правила поведения с незнакомыми людьми.	просмотр видеофильма, анализ ситуации	3	24.01; 31.01; 07.02.		Яндекс-учебник
Обучение безопасности и профилактика несчастных случаев			8ч			
21-23.	Безопасное поведение в экстремальных ситуациях.	просмотр видеофильма. беседа	3	14.02; 28.02; 07.03.		https://resh.edu.ru/subject/9/2/
24-25.	Поведение в городе, деревне.	решение ситуационных задач	2	14.03; 21.03.		Яндекс-учебник
26-27.	Общение с незнакомыми людьми.	просмотр видеофильма. анализ ситуации	2	28.03; 04.04.		инфоурок
28.	Экскурсия на тему "Безопасное поведение на улице".	экскурсия	1	18.04;		Учи.ру
Обучение навыкам семейной жизни. Половое воспитание			6ч			
29-30.	Информация о структуре семьи. Потребности и обязанности членов семьи.	деловая беседа	2	25.04; 02.05.		Учи.ру
31-32.	Обязанности членов семьи. Отличия семьи от других социальных институтов. Обобщение материала. Защита проекта «Моя семья»	защита проекта.	2	16.05; 23.05.		Учи.ру
33.	Резерв		1			
34	Резерв		1			
Итого			34 ч			