

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Ульяновска
«Средняя школа № 61»

Утверждено
Директор «МБОУ СШ № 61»
И.Г.Иванова
Приказ №175 от 01.09.2023 г

Согласовано
Зам. директора по УВР
М.А.Ятманова
Рассмотрено и одобрено на заседании
НМС МБОУ «СШ № 61»
Протокол № 1 от 31.08.2023 г

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности в 1 классе
„Культура здоровья»
на 2023-2024 уч.г.**

Количество часов за год по программе: 33

Количество часов за год по учебному плану: 33 (в неделю _1_ час)

Всего в рабочей программе 33 часа

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Культура здоровья» по *спортивно-оздоровительному направлению* разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования .

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального образовательного стандарта начального общего образования и образовательной программой «Культура здоровья» по спортивно-оздоровительному направлению для учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В результате изучения данного курса обучающиеся получают возможность формирования универсальных учебных действий:

Личностные:

- 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.

Освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные); Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Культура здоровья» - является формирование следующих **универсальных учебных действий (УУД)**:

Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий.
- 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 детей на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

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.

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).

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 1 класс (33ч)

Программа состоит из пяти разделов:

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. 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.

Форма организации занятий и виды деятельности: дискуссия, «мозговой штурм», демонстрации и практические действия под руководством учителя, ролевые игры, работа в малых группах, образовательные игры и моделирование ситуаций, изучение отдельных случаев (кейс-стади), рассказывание историй, дебаты, проектный метод, аудио - визуальные методы подачи материала.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Таблица 1

| № | Разделы программы | Количество часов |
|---|---|------------------|
| 1 | Здоровье, здоровый образ жизни | 7 |
| 2 | Обучение самопознанию | 7 |
| 3 | Межличностное общение | 7 |
| 4 | Обучение безопасности и профилактика несчастных случаев | 9 |
| 5 | Обучение навыкам семейной жизни. Половое воспитание. | 3 |
| | Итого | 33ч |

Таблица 2

| №п/п | Дата урока | | Тема урока | Кол-во часов |
|------|------------|------------|---------------------|--------------|
| | По плану | Фактически | | |
| 1. | | | Что такое здоровье. | 1 |

| | | | | |
|-----|--|--|--|---|
| 2. | | | Отличия здорового человека от больного. | 1 |
| 3. | | | Представление об основных пищевых веществах. Значение пищи для организма человека | 1 |
| 4. | | | Пища и здоровье | 1 |
| 5. | | | Потребность в движении. | 1 |
| 6. | | | Гигиена тела. | 1 |
| 7. | | | Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями. | 1 |
| 8. | | | Части тела и их предназначение. | 1 |
| 9. | | | Голова. Туловище. Верхние и нижние конечности. | 1 |
| 10. | | | Внутренние органы, их предназначение. Работа сердца | 1 |
| 11. | | | Дыхание | 1 |
| 12. | | | Пищеварительная система | 1 |
| 13. | | | Я – уникальный. | 1 |
| 14. | | | Выражение чувств. Типы эмоций. | 1 |
| 15. | | | Дружба. | 1 |
| 16. | | | Зачем нужны друзья? | 1 |
| 17. | | | «Когда мои друзья со мной» | 1 |
| 18. | | | «Нет друга – ищи, а нашёл - береги» | 1 |
| 19. | | | Взаимовлияние людей. | 1 |
| 20. | | | Мы – коллектив. (игры на сплочение детского коллектива) | 1 |
| 21. | | | Мы – коллектив. (игры на сплочение детского коллектива) | 1 |
| 22. | | | Безопасное поведение на дорогах. | 1 |
| 23. | | | Безопасное поведение на дорогах. | 1 |

| | | | | |
|--------------|--|--|--|------------|
| 24. | | | Основные ситуации, в которые попадают дети на дорогах. | 1 |
| 25. | | | Основные ситуации, в которые попадают дети на дорогах. | 1 |
| 26. | | | Я – примерный пешеход | 1 |
| 27. | | | Я – примерный пешеход | 1 |
| 28. | | | Детям знать положено! | 1 |
| 29. | | | Правила поведения на ж/д путях. | 1 |
| 30. | | | Безопасное поведение на дорогах. | 1 |
| 31. | | | Половая принадлежность. Ролевые различия. Различия между мальчиками и девочками. | 1 |
| 32. | | | Что мальчики должны знать о девочках. | 1 |
| 33. | | | Что девочки должны знать о мальчиках. | 1 |
| Итого | | | | 33ч |