**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СТРИГАНСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

**Приложение №  
к ООП НОО МОУ «Стриганская ООШ»**

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Поговорим о здоровье»  
Спортивно-оздоровительное направление  
Начальное общее образование, 1-4  
(ФГОС НОО)**

**Разработчик:**Щербакова В.А., учитель

**с. Стриганское**

1. **Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего  
образования устанавливает требования к результатам освоения обучающимися основной образовательной программы начального общего образования:  
***личностным,*** включающим готовность и способность обучающихся к  
саморазвитию, сформированность их мотивации к обучению и познанию, ценностносмысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности;  
***метапредметным,*** включающим освоенные обучающимися универсальные  
учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями;  
***предметным,*** включающим освоенные обучающимися в ходе изучения курса  
внеурочной деятельности опыт специфической для данного курса, деятельности по  
получению нового знания, его преобразованию и применению.

**Планируемые личностные результаты**

Освоение курса внеурочной деятельности вносит существенный вклад в  
достижение **личностных результатов** начального общего образования, а именно:  
1) формирует основы российской гражданской идентичности, чувство гордости за  
свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и  
национальной принадлежности; формирует ценности многонационального российского общества; участвует в становлении гуманистических и демократических ценностных ориентаций;  
2) формирует целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его  
органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;  
3) формирует уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре  
других народов;  
4) способствует овладению начальными навыками адаптации в динамично  
изменяющемся и развивающемся мире;  
5) способствует принятию и освоению социальной роли обучающегося, развитию  
мотивов учебной деятельности и формированию личностного смысла учения;  
6) развивает самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, в том  
числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;  
7) формирует эстетические потребности, ценности и чувства;  
8) развивает этические чувства, доброжелательность и эмоциональнонравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;  
9) развивает навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных  
социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;  
10) формирует установку на безопасный, здоровый образ жизни, наличие  
мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к  
материальным и духовным ценностям.

**Планируемые метапредметные результаты**

Изучение курса внеурочной деятельности играет значительную роль в достижении  
**метапредметных результатов** начального образования, таких как:  
1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной  
деятельности, поиска средств ее осуществления;  
2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;  
3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные  
действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;  
4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной  
деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;  
5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;  
6) использование знаково-символических средств представления информации для  
создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и  
практических задач;  
7) активное использование речевых средств и средств информационных и  
коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и  
познавательных задач;  
8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и  
открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;  
9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в  
соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в  
соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;  
10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения,  
классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинноследственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;  
11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать  
возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;  
излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;  
12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о  
распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;  
13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов  
сторон и сотрудничества;  
14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов,  
процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных,  
технических и др.) в соответствии с содержанием курса внеурочной деятельности   
15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями,  
отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;  
16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего  
образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием курса внеурочной деятельности; формирование начального уровня культуры пользования словарям и в системе универсальных учебных действий.

**Предметные результаты:**

**-** элементарные представления о взаимной обусловленности физического нравственного и социально-психологического здоровья человека, о важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека;  
**-** первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности;

**-** первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;

**-** знания о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.

**-** знание основ здорового и безопасного образа жизни;

**-** овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.

**-** осознание обучающимися необходимости заботы о своѐм 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.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Виды деятельности** | **Формы организации обучающихся** |
| Здоровый образ жизни. Возможности человеческого организма. Основные условия и способы укрепления здоровья. Значение занятий физическими упражнениями, спортом, прогулки на природе. Элементы спортивной подготовки. Режим дня и контроль его выполнения. Личная гигиена. Аккуратность и опрятность. Внешний вид. Чистота и порядок в помещениях, соблюдение санитарно-гигиенических норм труда и отдыха. Рациональное пользование оздоровляющим влиянием природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды). Экологически грамотное и правильное питание. Сохранение нормального веса; уменьшение количества жиров, сахара и соли. Первая помощь при травмах, отравлениях. Охрана воздуха. Представления о взаимосвязи, взаимозависимости здоровья физического, нравственного (душевного) и социального психологического здоровья семьи и школьного коллектива. Негативное влияние компьютера, игр, телевидения, рекламы на здоровье человека. Взаимодействие с природой, экологически грамотного поведения в природе. Основные правила дорожного движения. Вредные и полезные привычки. | Игровая Познавательная Творческая Проектная | Классные часы Конкурсы, викторины Просмотр фильмов Беседы  Выставки Весѐлые старты Соревнования |

1. **Тематическое планирование**

**Первый год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Темы разделов** | **Количество часов** |
| 1 | Я и школа | 6 |
| 2 | Что такое здоровье | 14 |
| 3 | Мир вокруг и я | 18 |
| 4 | Дыхание и жизнь | 14 |
| 5 | Хотим быть здоровыми – действуем! | 15 |
| Итого: |  | 68 |

**Второй год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Темы разделов** | **Количество часов** |
| 1 | Еще раз вспомним, что такое здоровье | 4 |
| 2 | Питание и жизнь | 20 |
| 3 | Движение и жизнь | 20 |
| 4 | Развитие и жизнь. | 20 |
| 5 | Хотим быть здоровыми – действуем! | 4 |
| **Итого** |  | 68 |

**Третий год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Темы разделов** | **Количество часов** |
| 1 | Непрерывность жизни | 20 |
| 2 | Здоровье и общество | 20 |
| 3 | Хотим быть здоровыми – действуем! | 28 |
| **Итого** |  | 68 |

**Четвѐртый год обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Темы разделов** | **Количество часов** |
| 1 | Познай себя | 10 |
| 2 | Правила общения | 10 |
| 3 | Общение и конфликты | 16 |
| 4 | Здоровье и эмоции | 10 |
| 5 | Школа и здоровье. | 18 |
| 6 | Знаешь, как быть здоровым, - действуй! | 5 |
| **Итого** |  | 68 |