

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Замелетеновская средняя общеобразовательная школа»
Любинского муниципального района
Омской области

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Шевцова Н.И.

Приказ №124 от «09» августа 2024 г.

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Уроки здоровья»
(спортивно-оздоровительное направление)**

Возрастной состав обучающихся: обучающиеся 1 класс
Продолжительность обучения: 9 часов

Составитель программы:
Мыльникова Татьяна Владимировна
Учитель начальных классов
Первая квалификационная категория

Замелетеновка – 2024 г.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- развитие интеллектуальных и творческих способностей, дающих возможность выражать своё отношение к своему здоровью различными средствами;
- воспитание ответственного отношения к здоровью, осознание необходимости сохранения и бережного отношения к здоровью;
- формирование мотивации дальнейшего изучения своего организма.

Метапредметные :

- овладение элементами самостоятельной организации учебной деятельности, что включает в себя умение ставить цель и планировать личную учебную деятельность, оценивать собственный вклад в деятельность группы, проводить самооценку уровня личных учебных достижений;
- формулирование с помощью учителя цели учебного исследования (опыта, наблюдения), составление плана, фиксирование результатов, использование простых измерительных приборов, формулировка выводов по результатам исследования;
- формирование приёмов работы с информацией, представленной в различной знаковой форме – в виде таблиц, диаграмм, графиков, рисунков и др.;
- развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии, а также участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

№ п/п	Тема	Дидактические единицы	Форма организации (деятельностные)	Виды деятельности детей
1	Дружи с водой	Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Заучивание слов. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды. Игра «Доскажи	Игровое занятие, групповая	Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах. Заучивание слов.

		словечко». Оздоровительная минутка. Игра «Наоборот».		Творческая работа.
2	Забота о глазах	Беседа об органах зрения. Заучивание слов. Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Игра «Полезно – вредно». Правила бережного отношения к зрению.	Игра/ групповая	Заучивание слов. Проведение опытов.
3	Уход за ушами	Разыгрывание ситуации. Проведение опытов. Оздоровительная минутка. Правил сохранения слуха.	Практическое занятие/ групповая	Разыгрывание ситуации. Проведение опытов.
4	Уход за зубами	Игра «Угадай-ка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование.	Практическое занятие/ групповая	Слушание объяснений учителя. Творческое рисование.
5	Уход за руками и ногами	Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками. Оздоровительная минутка. Игра-соревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая работа.	Практическое занятие, учебная игра/парная	Разгадывание загадок, объяснение пословиц. Практическая работа в парах.
6	Забота о коже	Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей.	Практическое занятие, учебная игра/групповая	Проведение опытов. Повторение правил ухода за кожей
7	Как следует питаться	Повторение правил здоровья. Заучивание слов. Встреча с доктором Здоровая Пища. Упражнение для осанки «Гора». Работа по	Практическое занятие, учебная игра/групповая	Повторение правил здоровья. Заучивание слов.

		таблице «Органы пищеварения». Игра «Продолжи сказку».		Работа по таблице «Органы пищеварения».
8	Как сделать сон полезным?	Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Повторение правил здоровья. Анализ ситуации. Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам», Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».	Игра/ групповая	Повторение правил здоровья. Участие в играх
9	Доктора природы (обобщающие)	Встреча с докторами здоровья. Игра-рассуждение «Здоровый человек-это...», Оздоровительная минутка. Игра «Хорошо-плохо». Повторение правил здоровья. Памятка Здоровичков. Анализ ситуаций. Подвижные игры на воздухе.	Практическое занятие, учебная игра/групповая	Участие в играх. Повторение правил здоровья. Составление памятки

3. Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Дружи с водой	1
2	Забота о глазах	1
3	Уход за ушами	1
4	Уход за зубами	1
5	Уход за руками и ногами	1
6	Забота о коже	1

7	Как следует питаться	1
8	Как сделать сон полезным?	1
9	Доктора природы (обобщающие)	1
	Итого:	9