

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СШ №40»

И.В. Сивченко

Приказ от 01.09.2018г. № 833

Протокол пед. совета от 30.08.2018г. № 1

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №40»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»
4 класс

Спортивно-оздоровительное
направление

2018-2019 учебный год

Составитель:

Першина Ирина Валериевна,
учитель начальных классов

г. Нижневартовск

СОДЕРЖАНИЕ

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	3
2. Содержание курса внеурочной деятельности	4
3. Тематическое планирование.....	6
Приложения:	9

Приложение 1: описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования к структуре программы воспитания и социализации учащихся. «Азбука здоровья» **спортивно-оздоровительной** направленности рассчитана на один год, ориентирована на обучающихся 4 класса с использованием следующих нормативно-правовых документов:

- Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ, утвержденного 29.12.2012г.
- Для 1-4 классов:
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 г. № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями).
- Примерная основная образовательная программа начального общего образования, одобренная Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол заседания от 8 апреля 2015 г. №1/15)
- «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189);
- Учебный план МБОУ «СШ №40» города Нижневартовска на 2018-2019 уч. год.
- Годовой календарный учебный график на 2018-2019 уч. год. МБОУ «СШ №40» города Нижневартовска.

Освоение курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья» предполагает достижение следующих результатов:

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ - 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.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья» является формирование следующих умений:

- *Определять и высказывать* под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные).

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

РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД:

- *Определять и формулировать* цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- *Проговаривать* последовательность действий на уроке.
- *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 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).

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

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 проявлениях.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности

Наше здоровье (4ч) Что такое здоровье. Что такое эмоции. Чувства и поступки. Стресс

Как помочь сохранить себе здоровье (3ч) Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать.

Что зависит от моего решения (2ч) Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение.

Злой волшебник – табак (1ч) Что мы знаем о курении

Почему некоторые привычки называются вредными (5ч) Зависимость. Умей сказать НЕТ. Как сказать НЕТ. Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ. Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.

Помоги себе сам (1ч) Волевое поведение.

Злой волшебник – алкоголь (3ч) Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь – сделай выбор

Злой волшебник – наркотик (2ч) Наркотик. Безопасное поведение.

Мы – одна семья (2ч) Мальчишки и девчонки. Моя семья.

Повторение (11ч) Дружба. День здоровья. Умеем ли мы правильно питаться. Я выбираю кашу. Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули. Чистота и порядок. Будем делать хорошо и не будем плохо. КВН «Наше здоровье». Я здоровье берегу – сам себе я помогу. Будьте здоровы.

Формы организации учебных занятий по курсу «Азбука здоровья» следующие:

- 1 Экскурсии
- 2 Игры
- 3 Практические занятия
- 4 Воспитательное мероприятие
- 5 Викторины
- 6 Дискуссии
- 7 КВН

Основные виды учебной деятельности на занятиях:

Рассказ, беседа, иллюстрация, игры, информационно-коммуникативные технологии, проекты; групповая работа, практическая работа, экскурсии, индивидуальный подход к ребёнку.

Система оценки усвоения курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья» включает следующие критерии:

- участие в школьных, творческих и интеллектуальных мероприятиях;
- участие в городских, региональных, российских творческих и интеллектуальных мероприятиях;
- итоговый коллективный или индивидуальный творческий проект (сочинение, презентация, литературное, художественное или декоративно-прикладное произведение, представленное через выставки, открытый урок и т.д.)

Результаты индивидуальных достижений обучающихся могут фиксироваться учителем в **портфолио** ученика.

Учебно-тематический план

№ п/п	Разделы программы	Количество часов
1	Наше здоровье	4
2	Как помочь сохранить себе здоровье	3
3	Что зависит от моего решения	2
4	Злой волшебник – табак	1
5	Почему некоторые привычки называются вредными	5
6	Помоги себе сам	1
7	Злой волшебник – алкоголь	3
8	Мы – одна семья	2
9	Злой волшебник – наркотик	2
10	Повторение	11
Итого		34

3. Календарно-тематическое планирование

4класс					
№ занятия	Дата		Тема занятия	Количество часов	Характеристика деятельности обучающегося
	план	факт			
1	06.09.18		Что такое здоровье?	1	Практическая работа. Встреча с медсестрой. Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Творческое задание «Здоровье – это...»
2	13.09.18		Что такое эмоции?	1	Практическая работа. Работа со словарём. Игры «Кто больше знает?», «Продолжи предложение». Оздоровительная минутка. Игра «Твоё имя».
3	20.09.18		Чувства и поступки.	1	Работа со стихотворением Дж. Родари. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Творческая работа в тетради.
4	27.09.18		Стресс.	1	Рассказ учителя. Словарная работа. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Заучивание слов.
5	04.10.18		Учимся думать и действовать.	1	Повторение. Чтение и анализ стихотворений. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Что? Зачем? Как?»
6	11.10.18		Учимся находить причину и последствия событий.	1	Игра «Почему это произошло?» Работа с пословицами. Оздоровительная минутка. Игры «Назови возможные последствия», «Что? Зачем? Как?»
7	18.10.18		Умей выбирать.	1	Анализ сказки. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Комплимент».
8	25.10.18		Принимаю решение.	1	Практическая работа по составлению правил. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Психологический тренинг. Работа со стихотворением Б. Заходера «Что красивей всего?»
9	01.11.18		Я отвечаю за своё решение.	1	Практическая работа. Анализ ситуации. Оздоровительная минутка. Игры «Что я знаю о себе», «Продолжите предложение».
10	08.11.18		Что мы знаем о курении.	1	Игра «Волшебный стул». Встреча с медработником. Работа над пословицами. Беседа по сказке. Оздоровительная минутка. Это интересно! Творческая работа.
11	15.11.18		Зависимость.	1	Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Странные вещи». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Это полезно знать! Игра «Давай поговорим».

12	22.11.18		Умей сказать НЕТ.	1	Анализ ситуации. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игры «Давай поговорим», «Что? Зачем? Как?».
13	29.11.18		Как сказать НЕТ.	1	Игра «Зеркало и обезьяна». Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Продолжите предложение». Толкование пословиц. Психологический тренинг
14	07.12.18		Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ?	1	Работа со стихотворением А. Костецкого «Я всё люблю, что есть на свете...» Игра «Комплимент». Оздоровительная минутка. Рассказ учителя. Работа с плакатом «Дерево решений». Практическая работа.
15	14.12.18		Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.	1	Анализ ситуации. Игра «Выбери правильный ответ». Оздоровительная минутка. Работа с деревом решений. Творческая работа.
16	21.12.18		Волевое поведение.	1	Рассказ учителя. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Игра «Сокровища сердца».
17	28.12.18		Алкоголь.	1	Встреча с медработником. Коллективное рисование. Это интересно! Оздоровительная минутка. Игра «Беседа по кругу». Это полезно помнить!
18	10.01.19		Алкоголь – ошибка.	1	Работа над стихотворением. Анализ ситуации в басне С.Михалкова «Непьющий воробей». Игра «Выбери ответ».
19	17.01.19		Алкоголь – сделай выбор.	1	Беседа по теме. Игра «Список проблем». Оздоровительная минутка. Творческая работа с деревом решений. Психологический тренинг.
20	24.01.19		Наркотик.	1	Анализ ситуации. Рассказ учителя. Встреча с медработником. Оздоровительная минутка. Правила безопасности. Творческая работа. Игра «Давай поговорим».
21	31.01.19		Безопасное поведения.	1	Игра «Пирамида». Повторение правил. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Игра «Давай поговорим»
22	07.02.19		Мальчишки и девчонки.	1	Беседа по теме. Игра «Противоположности». Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Если был бы я девчонкой...» Творческая работа.
23	14.02.19		Моя семья.	1	Защита рисунков. Анализ ситуации в рассказе К.Д.Ушинского «Сила не право». Оздоровительная минутка. Чтение и анализ стихотворения. Игра «Продолжи предложение».
24	21.02.19		Дружба.	1	Игровое занятие с любимыми героями. Разыгрывание ситуаций.
25	28.02.19		Час подвижных игр на воздухе (1	Подвижные Игры на свежем воздухе.

26	07.03.19		Умеем ли мы правильно питаться?	1	Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». Это интересно! Отгадывание загадок. Оздоровительная минутка «Вершки и корешки». Инсценировка «Спор овощей». Игра «Какие овощи выросли в огороде?» Встреча с Доктором Айболитом.
27	14.03.19		Я выбираю кашу.	1	Игра «Пословицы запутались». Это интересно! Игры «Отгадай - ка», «Затейники». Оздоровительная минутка «Зёрнышко». Конкурс «Самая вкусная и полезная каша» Игра «Угадай сказку».
28	21.03.19		Чистота и здоровье.	1	Праздник чистоты с Мойдодыром. Инсценировка. Игра «Три движения».
29	28.03.19		Откуда берутся грязнули? (игра – путешествие)	1	Остановка на станции «Грязнулька». Анализ ситуаций в стихотворении Л.Яхнина «Жил на свете мальчик странный...», Э.Успенского «Очень страшная история». Это полезно помнить! Работа со стихотворением.
30	11.04.19		Чистота и порядок (продолжение путешествия).	1	Работа с пословицами и поговорками. Игра «Угадай». Оздоровительная минутка. Работа со стихотворениями.
31	18.04.19		Будем делать хорошо и не будем плохо.	1	Беседа по теме. Работа с пословицами. Высказывания о доброте. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Это интересно! Чтения и анализ стихотворений.
32	25.04.19		КВН «Наше здоровье»	1	Работа с пословицами. Высказывания о доброте. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Это интересно!
33	16.05.19		Я здоровье берегу – сам себе я помогу (урок-праздник)	1	Праздник чистоты с Мойдодыром. Инсценировки. Игры.
34	23.05.19		Будем здоровы.	1	Посещение медицинского кабинета. Игра «Письма». Практическая работа «Выпуск стенной газеты».
Итого				34	

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни. -2002.-№5.-с.54.
- Асвинова Т.Ф., Литвиненко Е.И. Программа школьной валеологии - реальный путь первичной профилактики.-2003.
2. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.
3. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
4. Герасименко Н. П. Помоги сам себе.-2001.
5. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
6. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования. - М.: 2004.
7. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
8. Гостюшин А.В. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
9. Зайцев Г.К. Уроки Айболита.- СПб.,-1997., Уроки Мойдодыра.- СПб.,-1996., Твои первые уроки здоровья – СПб., 1995.
10. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. СПб., 1998.
11. Гринченко И.С. Игра в теории, обучении, воспитании и коррекционной работе.- М., 2002.
12. Лаптев А.К. Тайны пирамиды здоровья.- СПб., 1995.
13. Латохина Л.И. Творим здоровье души и тела. – СПб., 1997
14. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников/ Под ред. М.М.Безруких - СПб., 1999.
15. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
16. Сизанова А.И. и др. Безопасное и ответственное поведение: Цикл бесед, практических и тренинговых занятий с учащимися . Мн.: «Тесей», 1998.
17. Соковня-Семёнова Н.Н. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь.- М.,1997
18. Татарникова Л.Г. , Захаревич Н.Б., Калинина Т.Н. Валеология. Основы безопасности ребёнка – СПб., 1997
19. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как я расту: советы психолога родителям. - М., 1996.
20. Энциклопедический словарь юного биолога /Сост. М.Е.Аспиз. – М., 1986.
21. Энциклопедический словарь юного спортсмена /Сост. И.Ю, Сосновский, А.М. Чайковский – М., 1980
22. Обухова «Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы».-М., ВАКО 2007г.

Материально-техническое обеспечение

<i>Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения</i>	<i>Информационно-коммуникационные средства</i>
1. Персональный компьютер	Цифровые образовательные ресурсы http://school-collection.edu.ru/
2. Мультимедийный проектор	
3. Доска магнитно-маркерная антибликовым покрытием	