**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение**

**Кантемировская средняя общеобразовательная школа № 2**

**Кантемировского муниципального района Воронежской области**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Утверждаю»**  Директор школы /Толбин Ю.Н./  Приказ № 124 от « 24 » августа 2016 г. | **« Согласовано»**  Зам.директора по УВР    /Горбанева Т.И./ | **« Рассмотрено»**  На заседании МО классных руководителей  Протокол № 1 от 24 августа 2016 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

***по внеурочной деятельности***

**«ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ»**

**во II –«А» классе**

Разработала:

учитель начальных классов

**Колантаевская Л.В.**

2016-2017

1. **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**В результате усвоения программы учащиеся должны уметь:**

* выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
* осуществлять активную оздоровительную деятельность;
* формировать своё здоровье.

**Учащиеся должны знать:**

* факторы, влияющие на здоровье человека;
* причины некоторых заболеваний;
* причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
* виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
* о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
* основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

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

1. ***Регулятивные УУД:***

* ***Определять*** *и* ***формулировать*** цель деятельности 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.
* Учиться совместно с учителем и другими учениками ***давать*** эмоциональную ***оценку*** деятельности класса.
* Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

***2. Познавательные УУД:***

* Добывать новые знания: ***находить ответы*** на вопросы, свой жизненный опыт и информацию,.
* Перерабатывать полученную информацию: ***делать*** выводы в результате совместной работы всего класса.

***3. Коммуникативные УУД****:*

* Умение донести свою позицию до других
* ***Слушать*** и ***понимать*** речь других.
* Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
* Совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им.
* Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
* Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах
* ***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.

**В результате усвоения программы учащиеся должны уметь:**

-выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и

осуществлять гигиенические процедуры в течение дня.

**Учащиеся должны знать:**

* факторы, влияющие на здоровье человека;
* причины некоторых заболеваний;
* причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
* виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
* о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
* основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

1. **Содержание курса внеурочной деятельности с указанием**

**форм организации и видов деятельности**

**Тема 1.** *Советы доктора Воды. (1час)*Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды. Игра «Доскажи словечко».

**Тема 2.** *Друзья Вода и мыло. (1час)*

Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах.. Оздоровительная минутка. Игра «Наоборот». Творческая работа.

**Тема 3.** *Глаза – главные помощники человека. (1час)*

Беседа об органах зрения.. Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Игра «Полезно – вредно». Правила бережного отношения к зрению.

**Тема 4.** *Подвижные игры. (1час)*

Знакомство с доктором Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», Раз, два, три-беги!»

**Тема 5.** *Чтобы уши слышали. (1час)*

Разыгрывание ситуации. Проведение опытов. Оздоровительная минутка. Правил сохранения слуха.

**Тема 6.** *Почему болят зубы. (1час)*

Игра «Угадай-ка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы. Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование.

**Тема 7.** *Чтобы зубы были здоровыми. (1час)*

Беседа. Знакомство с доктором Здоровая Пища. Упражнение «Спрятанный сахар». Оздоровительная минутка. Зачем человеку зубная щётка? Практическая работа. Тест.

**Тема 8.** *Как сохранить улыбку красивой? (1час)*

Психологический тренинг «Сотвори солнце в себе». Встреча с доктором Здоровые Зубы. Практические занятия. Оздоровительная минутка. Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.

**Тема 9.** *«Рабочие инструменты» человека. (1час)*

. Оздоровительная минутка. Игра-соревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая работа.

**Тема 10.** *Подвижные игры. (1час)*

Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч».

**Тема 11.** *Зачем человеку кожа. (1час)*

Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей.

**Тема 12.** *Надёжная защита организма. (1час)*

Беседа об органах чувств. Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка. Работа по таблице «Строение кожи». Моделирование схемы. Тест.

**Тема 13.** *Если кожа повреждена. (1час)*

Рассказ учителя о повреждениях кожи. Игра «Можно или нельзя». Оздоровительная минутка «Этюд души». Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?»

**Тема 14.** *Подвижные игры. (1час)*

Разучивание игр «Круговые салки», эстафеты со скакалками, «Весёлая эстафета», «Поезд».

**Тема 15.** *Питание – необходимое условие для жизни человека. (1час)*

Повторение правил здоровья.. Встреча с доктором Здоровая Пища. Упражнение для осанки «Гора». Работа по таблице «Органы пищеварения». Игра «Продолжи сказку».

**Тема 16.** *Здоровая пища для всей семьи. (1час*)

Советы доктора Здоровая Пища. Анализ ситуации. Игра «Угадайка». Проведение опыта. Оздоровительная минутка. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?». Золотые правила питания.

**Тема 17.** *Сон – лучшее лекарство. (1час)*

Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Повторение правил здоровья Анализ ситуации. Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам», Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».

**Тема 18.** *Как настроение? (1час)*

Встреча с доктором Любовь. Оздоровительная минутка. Упражнение «Азбука волшебных слов. Тест.

**Тема 19.** *Я пришёл из школы. (1час)*

Беседа. Анализ и разыгрывание ситуации. Упражнение «Любишь – не любишь», Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ».

**Тема 20**. *Подвижные игры по выбору детей. (1час)*

**Тема 21-.** *Я – ученик. (1 часа)*

Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?» Творческая работа «Придумай правила». Анализ ситуаций. Чтение и работа по содержанию рассказов М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой».

**Тема 22.-23** *Вредные привычки. (2 часа)*

Беседа «Это красивый человек». Игра «Да - нет». Оздоровительная минутка «Деревце». Анализ ситуации. Слово учителя. Заучивание слов. Это нужно запомнить! Практическая работа в парах.

**Тема 24.** *Подвижные игры. (1час)*

Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня».

**Тема 25.** *Скелет – наша опора. (1час)*

Рассказ учителя. Практическая работа. Оздоровительная минутка «Самомассаж ушей». Это интересно. Правила первой помощи.

**Тема 26.** *Осанка – стройная спина! (1час)*

Встреча с доктором Стройная Осанка. Это интересно! Оздоровительная минутка. Работа по таблице. Правила для поддержания правильной осанки. Практические упражнения.

**Тема 27.** *Если хочешь быть здоров. (1час)*

Сказка о микробах. Правила закаливания. Оздоровительная минутка. Практическая работа. Творческая работа. Это интересно! Тест «Здоровый человек – это…»

**Тема 28.** *Правила безопасности на воде. (1час)*

Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде. Работа по таблицам «Учись плавать». Имитация движений пловца.

**Тема 29.** *Подвижные игры(1час)*

**Тема30** Подвижные игры на свежем воздухе

**Тема 31***Обобщающее занятия «Доктора здоровья». (1часа)*

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.

**Тема 33** Подвижные игры

**Тема 34** Правила поведения на солнце

**Тема 34** *. Весёлые старты. (1 часа)*

1. **Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Дата | Тема занятия |
| 1 | 06.09 | Советы доктора Воды. |
| 2 | 13.09 | Друзья Вода и Мыло. |
| 3 | 20.09 | Глаза – главные помощники человека. |
| 4 | 27.09 | Подвижные игры |
| 5 | 04.10 | Чтобы уши слышали. |
| 6 | 11.10 | Почему болят зубы. |
| 7 | 18.10 | Чтобы зубы были здоровыми. |
| 8 | 25.10 | Как сохранить улыбку красивой. |
| 9 | 01.11 | Подвижные игры |
| 10 | 15.11 | «Рабочие инструменты» человека. |
| 11 | 22.11 | Зачем человеку кожа |
| 12 | 29.11 | Надёжная защита организма |
| 13 | 06.12 | Если кожа повреждена |
| 14 | 13.12 | Подвижные игры |
| 15 | 20.12 | Питание – необходимое условие для жизни человека |
| 16 | 27.12 | Здоровая пища для всей семьи |
| 17 | 17.01 | Сон – лучшее лекарство |
| 18 | 24.01 | Какое настроение? |
| 19 | 31.01 | Я пришёл из школы |
| 20 | 07.02 | Подвижные игры |
| 21 | 14.02 | Я - ученик |
| 22 | 21.02 | Вредные привычки |
| 23 | 28.02 | Подвижные игры |
| 24 | 07.03 | Скелет – наша опора |
| 25 | 14.03 | Осанка – стройная спина |
| 26 | 21.03 | Если хочешь быть здоров |
| 27 | 04.04 | Правила безопасности на воде |
| 28 | 11.04 | Подвижные игры |
| 29 | 18.04 | Вредные привычки |
| 30 | 25.04 | Подвижные игры |
| 31 | 02.05 | Подвижные игры на свежем воздухе |
| 32 | 09.05 | Правила поведения на солнце |
| 33 | 16.05 | Обобщающие уроки «Доктора природы» |
| 34 | 23.05 | Веселые старты |