

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Летуновская средняя школа»

«Утверждаю»
Директор школы:  Иванова Е.Е.
Приказ № 123 от «30» августа 2019 г.



Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Школа ЗОЖ»
2 класс
(спортивно-оздоровительное направление)

Составитель: Алисова Ольга Николаевна,
учитель физической культуры

2019 – 2020 учебный год.

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Школа ЗОЖ» для 2 класса на 2019-2020 учебный год составлена в соответствии с основной образовательной программой начального общего образования Муниципального бюджетного образовательного учреждения «Летуновская средняя школа» на основе авторской программы внеурочной деятельности «ЗОЖ» Г.И. Беркутовой, Т.И. Пантелеевой, Н.А.Однокозовой, Е.Б. Ракитянской.

В основной образовательной программе начального общего образования Муниципального бюджетного образовательного учреждения «Летуновская средняя школа» на изучение внеурочной деятельности «Школа ЗОЖ» отводится 34 часа (1 час в неделю, 34 рабочие недели с учетом каникулярных и праздничных дней, что соответствует годовому календарному графику школы на 2019-2020 учебный год).

1. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности.

Личностными результатами изучения курса «Школа ЗОЖ » является формирование следующих умений:

- Оценивать жизненные ситуации (поступки людей) с точки зрения общепринятых норм и ценностей: в предложенных ситуациях отмечать конкретные поступки, которые можно оценить как хорошие или плохие.
- Объяснять с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, почему конкретные поступки можно оценить, как хорошие или плохие.
- Самостоятельно определять и высказывать самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей).
- В предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, какой поступок совершить.

Метапредметными результатами изучения курса «Школа ЗОЖ» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией.
- Учиться работать по предложенному учителем плану.

Познавательные УУД:

- Ориентироваться в своей системе знаний: *отличать* новое от уже известного с помощью учителя.
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: подробно пересказывать небольшие тексты, называть их тему.

Коммуникативные УУД:

- Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Выразительно читать и пересказывать текст.

2. Содержание учебного предмета

Программа внеурочной деятельности состоит из 7 разделов:

1. «Вот мы и в школе»: личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма;
2. «Питание и здоровье»: основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого;
3. «Моё здоровье в моих руках»: влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата
4. «Я в школе и дома»: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона;
5. «Чтоб забыть про докторов»: закаливание организма;
6. «Я и моё ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома;
7. «Вот и стали мы на год взрослей»: первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа ЗОЖ», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Содержание программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению « Школа ЗОЖ » отражает социальную, психологическую и соматическую характеристику здоровья. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

Формы проведения занятий:

- чтение стихов, сказок, рассказов;
- постановка драматических сценок, спектаклей;
- прослушивание песен и стихов;
- разучивание и исполнение песен;
- организация подвижных игр;
- проведение опытов;
- выполнение физических упражнений, упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие воображения.

3. Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1.	Причина болезни	1ч.
2.	Признаки болезни	1ч.
3.	Как здоровье?	1ч.
4.	Как организм помогает себе сам	1ч.
5.	Здоровый образ жизни	1ч.
6.	Какие врачи нас лечат	1ч.
7.	Инфекционные болезни	1ч.
8.	Прививки от болезней	1ч.
9.	Какие лекарства мы выбираем	1ч.
10.	Домашняя аптека	1ч.
11.	Отравление лекарствами	1ч.
12.	Пищевые отравления	1ч.
13.	Если солнечно и жарко	1ч.
14.	Если на улице дождь и гроза	1ч.
15.	Опасность в нашем доме	1ч.
16.	Как вести себя на улице	1ч.
17.	Вода - наш друг	1ч.
18.	Как уберечься от мороза	1ч.
19.	Чтобы огонь не причинил вреда	1ч.
20.	Чем опасен электрический ток	1ч.
21.	Травмы	1ч.
22.	Укусы насекомых	1ч.
23.	Что мы знаем про собак и кошек	1ч.
24.	Отравление ядовитыми веществами	1ч.
25.	Отравление угарным газом	1ч.
26.	Как помочь себе при тепловом ударе	1ч.
27.	Растяжение связок и вывих костей	1ч.
28.	Переломы	1ч.
29.	Если ты ушибся или порезался	1ч.
30.	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	1ч.
31.	Укус змеи	1ч.
32.	Расти здоровым	1ч.
33.	Воспитай себя	1ч.
34.	Я выбираю движение Подведение итогов года	1ч.
	Итого:	34

«Согласовано»

Руководитель ШМО



Швага Л.Н.

Протокол № 1 от

« 30 » августа 2019 г.

«Согласовано»

Заместитель директора школы по ВР



Соловьёва И.В.

« 30 » августа 2019 г.

Пронумеровано, прошнуровано и скреплено печатью
на 11 листах.

Директор МБОУ «Детуновская средняя школа»
Е.Е. Иванова.

