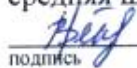


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Крайненская средняя школа» Сакского района Республики Крым

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО
 / Н.Н. Метельская
Подпись ФИО
Протокол заседания
ШМО № 1
от 28.08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
МБОУ «Крайненская
средняя школа»
 В. С. Бекирова
подпись ФИО
28 августа 2023 г

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ
«Крайненская средняя
школа»
 Н. Н. Демко
подпись ФИО
Приказ № 151
от 29 августа 2023г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Будь здоров»

Направление: спортивно-оздоровительное

Возраст обучающихся (классы): 3 класс

Учитель: Ткачук Галина Федоровна

Срок реализации: 1 год

Количество часов:

Всего 17 ч.; во 3 классе – 0,5 часа.

Программа: модифицированная

- **Разработана на основе:** Авторской программы по курсу внеурочной деятельности Аракелян В.А., учителя Семьинской ООШ Юрьево-Польского р-на Владимирской области РФ

2023 г.

ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «БУДЬ ЗДОРОВ!»
по спортивно-оздоровительному направлению

1. Планируемые результаты освоения программы:

Предполагаемые результаты реализации программы

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по двум уровням.

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; о русских народных играх и играх разных народов; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа уважительное отношение к культуре других народов.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;

- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

2. Содержание программы (17 ч.):

1 раздел (1 ч)

Вводное занятие

За здоровый образ жизни. Беседы о безопасном поведении на дороге по пути в школу, в школе, на льду, на реке, на морозе.

2 раздел (6 ч)

Спорт любить — здоровым быть!

Показать детям как можно разнообразить активные игры в школе. Цель данного направления работы предоставить детям возможность узнать о важности активного образа жизни. Увеличить перечень активных игр для детей.

Разучивание русских народных игр: «Кот и мышь», «Коршун», «Горелки», «Пчёлки и ласточка». Разучивание игр разных народов. Украинские народные игры: «Высокий дуб», «Колдун», «Мак», «Перепёлочка». Белорусские народные игры: «Заяц-месяц», «Иванка», «Хлоп, хлоп, убегай!».

Подобраны игры, носящие соревновательный характер, с применением инвентаря (мяча) и без него, игры с заучиванием слов.

«Клуб ледяных инженеров». Эстафета с мячом. Лыжные гонки.

Праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», «Богатырская сила»,

3 раздел (10 ч)

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма. Курение – это болезнь. Вред от алкоголя. Наркотические вещества. Токсические вещества. Полезные лекарства. Вредные лекарства. Режим дня школьника. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

Вредные и полезные привычки в питании. Овощи на твоём столе. Полезные и вредные жвачки, конфеты, шоколадки. Фрукты – лучшие продукты. Очень вкусная еда, но не детская она: сладости, чипсы, напитки (пепси, фанта и т. Д.), торты, сало.

Оказание первой помощи. Познакомить детей с понятием «болезнь», с необходимостью обращаться за помощью к врачам. Показать детям опасные ситуации и научить правилам поведения в них. Показать основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Воспитывать желание помогать людям в трудных и опасных для здоровья ситуациях

«Мама, папа, я – здоровая семья», «В здоровом теле – здоровый дух»

«О пользе завтрака», «День каши» Цели: рассказать детям о каше как о традиционном блюде русской кухни, её пользе для здоровья; познакомить с правилами приготовления каши. «День соков». Цель: дать представление о значении жидкости для жизнедеятельности организма, необходимом количестве жидкости в ежедневном рационе питания человека, разнообразии и ценности напитков. «Фруктовый карнавал» поговорим о фруктах и их значении для организма человека.

4 раздел (1 ч)

Итоговое занятие.

Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника.

3. Учебно-тематический план занятий

№ п/п	Содержание программы	Всего часов
Вводное занятие (1 час)		1
1	За здоровый образ жизни	1
Спорт любить — здоровым быть! (5 часов)		6
2-3	Народные игры. Русские народные игры и игры разных народов	2
4	Подвижные игры	1
5	Игры – эстафеты	1
6-7	Игры с прыжками	2
Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!		10
8-9	Полезные и вредные привычки	2
10-11	Здоровое питание – отличное настроение.	2
12-13	Помоги себе сам	2
14	Праздники	1
15-16	Часы здоровья	2
17	Итоговое занятие	1
	Итого	17

Приложение
к рабочей программе с учётом рабочей программы воспитания
на 20223/2024 учебный год
по внеурочной деятельности учебного плана «Будь здоров»
в 3 классе
Учитель: Ткачук Г.Ф.
«БУДЬ ЗДОРОВ»

№п/п	Наименование разделов	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания	Всего часов
1	Вводное занятие	- оценивать поведение человека с точки зрения здорового образа жизни. -побуждать обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации; -организовывать работу обучающихся с социально значимой информацией по поводу получаемой на уроке социально значимой информации.	1
2	Спорт любить - здоровым быть	-включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока	6

3	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	- оценивать поведение человека с точки зрения здорового образа жизни. - побуждать обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации; - организовывать работу обучающихся с социально значимой информацией по поводу получаемой на уроке социально значимой информации.	9
4	Итоговое занятие	- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока	1
	ИТОГО:		17

**Календарно-тематическое планирование занятий
по спортивно-оздоровительному направлению «Будь здоров!»**

№ п/п	Тема	Основное содержание занятия	Кол- во часов	Формы и методы работы	Вид деятельности	Дата	
						План	Факт
1.	Вводное занятие.	Знакомство с планом работы занятий. Ребёнок пришёл в школу. Составление безопасного маршрута следования от дома до школы.	1	Групповая работа	Рисуем правильный маршрут	09.09	
2.	Полезные привычки.	Режим дня школьника.	1	Словесные методы	Просмотр электронной презентации	23.09	
3.	Народные игры.	Разучивание русских народных игр «Кот и мышь», «Коршун»	1	Рассказ учителя	Разучивание игр	07.10	
4.	Поговорим о правилах этикета	Как правильно есть. Режим питания.	1	Наглядные методы	Изучаем правила питания	21.10	
5.	Помоги себе сам.	Познакомить детей с понятием «болезнь», с необходимостью обращаться за помощью к врачам.	1	Групповая работа	Беседа	11.11	
6.	Игры – эстафеты	Разучивание игр-эстафет «Команда быстроногих»	1	Фронтальная работа	Разучивание игр	25.11	
7.	Игры – эстафеты	Разучивание игр-эстафет «Команда быстроногих»	1	Фронтальная работа	Разучивание игр		
8.	Час здоровья	Беседа «О пользе завтрака»	1	Индивидуальная работа	Составим меню	09.12	
9.	Подвижные игры.	Разучивание русских народных игр «Горелки», «Пчёлки и ласточка»	1	Групповая работа	Разучивание игр	23.12	
10.	Вредные привычки	Курение – это болезнь.	1	Групповая работа	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.	20.01	

11.	Полезные привычки в питании.	Овощи на твоём столе.	1	Индивидуальная работа	практикум	10.02	
12.	Полезные привычки в питании	Фрукты – лучшие продукты.	1	Индивидуальная работа	практикум	10.03	
13.	Правила безопасного поведения зимой	«Осторожно – тонкий лёд!» «Осторожно – гололёд!»	1	Поисковые методы	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.	07.04	
14.	Вредные привычки.	Вред от алкоголя.	1	Индивидуальная работа, поисковые методы	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма.	21.04	
15.	Помоги себе сам.	Как оказать первую помощь при порезе, ушибе	1	Наглядные методы	практикум	05.05	
16.	Игры с прыжками	Разучивание игр с прыжками «Поймай лягушку»	1	Групповая работа	Разучивание игр	19.05	
17.	Праздники	В здоровом теле – здоровый дух»	1	Фронтальная работа	Участие в конкурсной программе	26.05	
		Итого:	17				

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 25910413180194252715292873429998908689710672461

Владелец Демко Надежда Николаевна

Действителен с 01.09.2023 по 31.08.2024