

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ-2»
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 3-4 КЛАССОВ
НАПРАВЛЕНИЕ: СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ
СРОК РЕАЛИЗАЦИИ: 2 ГОДА**

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

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.

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

1. 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).

2. 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.

3. 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.

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.

- 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.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 класс (35 часов)

1. Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным (6 часов). Как воспитывать уверенность и бесстрашие. Учимся думать. Спешим делать добро. Почему мы говорим не правду. Поможет ли нам обман. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках. Спешите делать добро. Как помочь больным и беспомощным. Если кому-нибудь нужна твоя помощь.

2. Почему мы не слушаемся родителей (5 часов). Надо ли прислушиваться к советам родителей. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность. Как доставить родителям радость. Как следует относиться к наказаниям. Наказания.

3. Вредные привычки (2 часа). Не грызи ногти, не ковырай в носу. Как отучить себя от вредных привычек.

4. Подарки (2 часа). Как относиться к подаркам. Я принимаю подарок. Я дарю подарок.

5. Одежда (2 часа). Как нужно одеваться. Одежда.

6. Правила поведения (8 часов). Как вести себя с незнакомыми людьми. Ответственное поведение. Как вести себя, когда что-то болит. Боль. Как вести себя за столом. Сервировка стола. Правила поведения за столом. Как вести себя в гостях. Ты едешь в гости. Как вести себя в общественных местах. Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, в кино, в школе.

7. Нехорошие слова. Недобрые шутки (3 часа). Умеем ли мы вежливо общаться. Умеем ли мы разговаривать по телефону. Чистота слова.

8.Свободное время (2 часа). Чем заняться после школы. Умей организовать свой досуг.

9.Дружба (2 часа). Как выбрать друзей. Что такое дружба. Кто может считаться настоящим другом.

10. Повторение (3 часа). Огонёк здоровья. Путешествия в страну здоровья. Культура здорового образа жизни.

4 класс (35 часов)

11. Наше здоровье (8 часов). Что такое здоровье. Что такое эмоции. Чувства и поступки. Стресс. Как помочь сохранить себе здоровье. Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать. Что зависит от моего решения. Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение.

12. Злой волшебник – табак (3 часа). Что мы знаем о курении. Умей сказать – нет.

13. Почему некоторые привычки называются вредными (6 часов). Зависимость. Умей сказать НЕТ. Почему вредные привычки ты скажешь, НЕТ. Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения. Помогите себе сам. Волевое поведение.

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

15. Злой волшебник – наркотики (2 часа). Наркотик. Наркотик – тренинг безопасного поведения.

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

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п/п	Тема занятия	Количество часов
3 Класс		35
	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	6
1.	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	1
2.	Учимся думать. Спешу делать добро.	1
3.	Почему мы говорим неправду. Поможет ли нам обман.	1
4.	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.	1
5.	Спешите делать добро. Как помочь больным и беспомощным.	1
6.	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.	1
	Почему мы не слушаемся родителей	5
7.	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	1
8.	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	1
9.	Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность.	1
10.	Как доставить родителям радость.	1
11.	Как следует относиться к наказаниям. Наказания.	1
	Вредные привычки	2
12.	Не грызи ногти, не ковыряй в носу.	1
13.	Как отучить себя от вредных привычек.	1
	Подарки	2

14.	Как относиться к подаркам.	1
15.	Я принимаю подарок. Я дарю подарок.	1
	Одежда	1
16.	Как нужно одеваться. Одежда.	1
	Правила поведения	9
17.	Как вести себя с незнакомыми людьми.	1
18.	Ответственное поведение.	1
19.	Как вести себя, когда что-то болит. Боль.	1
20.	Правила поведения за столом.	1
21.	Как вести себя за столом. Сервировка стола.	1
22.	Ты едешь в гости. Как вести себя в гостях.	1
23.	Как вести себя в общественных местах.	1
24.	Как вести себя в транспорте и на улице.	1
25.	Как вести себя в театре, в кино, в школе.	1
	Нехорошие слова. Недобрые шутки	3
26.	Умеем ли мы вежливо общаться.	1
27.	Умеем ли мы разговаривать по телефону.	1
28.	Чистота слова.	1
	Свободное время	2
29.	Чем заняться после школы.	1
30.	Умей организовать свой досуг.	1
	Дружба	2
31.	Как выбрать друзей. Что такое дружба.	1
32.	Кто может считаться настоящим другом.	1
	Повторение	3
33.	Огонёк здоровья.	1
34.	Путешествия в страну здоровья.	1
35.	Культура здорового образа жизни.	1
	4 класс	35
	Наше здоровье	8
36.	Что такое здоровье.	1
37.	Что такое эмоции. Чувства и поступки. Стресс.	1
38.	Как помочь сохранить себе здоровье.	1
39.	Учимся думать и действовать.	1
40.	Учимся находить причину и последствия событий.	1
41.	Умей выбирать. Что зависит от моего решения.	1
42.	Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение.	1
43.	Здоровым быть - здорово!	1
	Злой волшебник – табак	2
44.	Что мы знаем о курении.	1
45.	Умей сказать – нет.	1
	Почему некоторые привычки называются вредными	7
46.	Почему некоторые привычки называются вредными.	1
47.	Зависимость.	1
48.	Умей сказать - НЕТ.	1
49.	Почему вредным привычкам ты скажешь - НЕТ.	1

50.	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.	1
51.	Помоги себе сам.	1
52.	Волевое поведение.	1
	Злой волшебник - алкоголь	3
53.	Алкоголь.	1
54.	Алкоголь – ошибка.	1
55.	Алкоголь – сделай выбор.	1
	Злой волшебник – наркотики	2
56.	Наркотик.	1
57.	Наркотик – тренинг безопасного поведения.	1
	Мы – одна семья	2
58.	Мальчишки и девчонки.	1
59.	Моя семья.	1
	Повторение	11
60.	Дружба.	1
61.	День здоровья.	1
62.	Умеем ли мы правильно питаться.	1
63.	Я выбираю кашу.	1
64.	Чистота и здоровье.	1
65.	Откуда берутся грязнули.	1
66.	Чистота и порядок.	1
67.	Будем делать хорошо и не будем плохо.	1
68.	КВН «Наше здоровье».	1
69.	Я здоровье берегу – сам себе я помогу.	1
70.	Будьте здоровы.	1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575827

Владелец Куницкая Светлана Владимировна

Действителен с 09.04.2021 по 09.04.2022