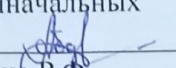


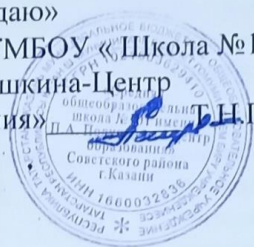


<p>«Рассмотрено» руководителем МО учителей начальных классов            Абдуллина Р.Ф.</p>	<p>«Согласовано» заместителем директора по ВР            Рагузина А.А.</p>	<p>«Утверждаю»          Директор МБОУ «Школа №101 имени П.А.Полушкина-Центр образования»            Т.Н.Петрова</p> 
---	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**Направление: спортивно-оздоровительное**  
**«Цветок здоровья»**  
**16 класс**

**Составитель: Аткулова Айзирак Исрафилевна**  
**Учитель начальных классов**

**Рассмотрено**  
**На заседании педагогического совета**  
**Протокол № 1 от 25.08 2021г.**

2021-2022

## Планируемые результаты изучения курса

Название раздела	Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты
<p><b>1. Введение «Вот мы и в школе».</b>  <b>2. Питание и здоровье</b>  <b>3. Моё здоровье в моих руках</b>  <b>4. Я в школе и дома</b>  <b>5. Чтоб забыть про докторов</b>  <b>6. Я и моё ближайшее окружение</b>  <b>7. «Вот и стали мы на год взрослей»</b></p>	<p>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.</p>	<p><b>1. Регулятивные УУД:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.</li> <li>➤ Проговаривать последовательность действий на уроке.</li> <li>➤ Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.</li> <li>➤ Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.</li> <li>➤ Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.</li> <li>➤ Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).</li> </ul> <p><b>2. Познавательные УУД:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).</li> <li>➤ Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.</li> <li>➤ Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в</li> </ul>	<p>формирование следующих умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <i>Определять и высказывать</i> под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);</li> <li>➤ 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.</li> </ul>

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 различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

## Содержание курса внеурочной деятельности

Название раздела	Содержание	Формы организации и виды деятельности	Количество часов
«Вот мы и в школе»	Определение понятия «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы, укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма.	Беседа с учащимися. Конкурс рисунков	4
«Питание и здоровье»	Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Знания об основных витаминах в продуктах питания; о необходимости разнообразно питаться; о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах, о пользе прогулок после еды, о режиме питания, о режиме употребления жидкости, о целебных источниках и минеральной воде.	Беседа, Коллективное творческое дело. Демонстрация презентации. Экскурсия. Круглый стол.	5
«Моё здоровье в моих руках»	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата, направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений.	Беседа. Круглый стол с приглашением родителей. Изготовление поделок.	7
«Я в школе и дома»	<p><i>Тема 1</i> Мой внешний вид – залог здоровья .</p> <p><i>Тема 2</i> Забота о глазах. Глаза – главные помощники человека. Подбор оздоровительных физминуток для формирования и развития мышц глаз</p> <p><i>Тема 3</i> Уход за зубами. Как сохранить улыбку красивой? Встреча с врачом стоматологом.</p> <p><i>Тема 4</i> Уход за ушами. Самомассаж ушей. Встреча с врачом – отоларингологом.</p> <p><i>Тема 5</i> Уход за руками и ногами. «Рабочие инструменты человека. Массаж стоп. Плоскостопие.</p> <p><i>Тема 6</i> Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим</p>	Беседа. Круглый стол. Изготовление поделок. Игра.	6
«Чтоб забыть про докторов»	Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть	Беседа.	4

	здоровым".		
<b>«Я и моё ближайшее окружение»</b>	Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; моё настроение, ориентировано на формирование позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию.	Круглый стол. Игра. Конкурс.	3
<b>«Вот и стали мы на год взрослей»:</b>	<i>Тема 1</i> Опасности летом (просмотр видео фильма) <i>Тема 2.</i> Первая доврачебная помощь <i>Тема 3</i> Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка» <i>Тема 4</i> Чему мы научились за год	Беседа. Круглый стол с приглашением родителей. Изготовление поделок.	4
			33

### Календарно-тематическое планирование

№	Название разделов	Тема занятий	Количество часов	по плану	фактически
1	<b>Введение «Вот мы и в школе».</b>	Дорога к доброму здоровью	1	1.09	
2		Здоровье в порядке - спасибо зарядке	1	8.09	
3		Настроение в школе и после школы.	1	15.09	
4		Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»	1	22.09	
5	<b>Питание и здоровье</b>	Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники»	1	29.09	
6		Культура питания Приглашаем к чаю	1	5.10	
7		Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)	1	13.10	
8		Здоровая пища для всей семьи.	1	20.10	
9		«Светофор здоровья»	1	27.10	
10	<b>Моё здоровье в моих руках</b>	Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим.	1	10.11	
11		Как сделать сон полезным? Сон – лучшее лекарство!	1	17.11	
12		«Весёлые старты» в рамках фестиваля «Спорт, здоровье, творчество»	1	24.11	
13		Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	1	1.12	

14		Народные игры. Старинная русская игра «Городки»	1	8.12	
15		День здоровья «Папа, мама, я – спортивная, здоровая семья»	1	15.12	
16		В здоровом теле- здоровый дух	1	22.12	
17	<b>Я в школе и дома</b>	Мой внешний вид –залог здоровья	1	29.12	
18		Забота о глазах. Глаза – главные помощники человека. Подбор оздоровительных физминуток для формирования и развития мышц глаз.	1	12.01	
19		Уход за зубами. Как сохранить улыбку красивой? Встреча с врачом стоматологом.	1	19.01	
20		Уход за ушами. Самомассаж ушей. Встреча с врачом – отоларингологом.	1	26.01	
21		Уход за руками и ногами. «Рабочие инструменты человека. Массаж стоп. Плоскостопие.	1	8.02	
22		Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим , все болезни победим	1	15.02	
23		<b>Чтоб забыть про докторов</b>	“Хочу остаться здоровым”. Встреча с действующими спортсменами города, мастерами, ветеранами спорта.	1	2.03
24	«Я выбираю здоровье!» (встреча с инспектором ГИБДД)		1	9.03	
25	Посещение ФОКа (учебное плавание, занятия с инструктором)		1	15.03	
26	«Как сохранять и укреплять свое здоровье»		1	22.03	
27	<b>Я и моё ближайшее окружение</b>	Моё настроение Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»	1	5.04	
28		«Твой звёздный час» (мини-спартакиада)	1	12.04	
29		“Я б в спасатели пошел”	1	19.04	
30	<b>«Вот и стали мы на год взрослей»</b>	Опасности летом (просмотр видео фильма)	1	26.04	
31		Первая доврачебная помощь	1	10.05	
32		Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка»	1	18.05	
33		Чему мы научились за год.	1	25.05	