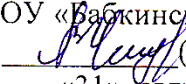
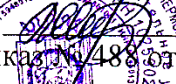


**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Бабкинская средняя школа»**

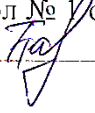
«Согласовано»
Заместитель директора по ВР
МАОУ «Бабкинская средняя школа»
 (Чепурина Л.В.)
«31» августа 2018г.

«Утверждаю»
Директор МАОУ «Бабкинская средняя школа»
 (Ширяева Е.С.)
Приказ № 488 от «31» августа 2018



**РАБОЧАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ТРОПИНКА К ЗДОРОВЬЮ»**
Возрастной состав учащихся 7-8 лет
Продолжительность образовательного процесса 12 часов

Самовольниковой Анжелы Михайловны
учителя начальных классов
первой квалификационной категории

Рассмотрено на заседании МО классных руководителей
1 Протокол № 1 от 31.08.2018
Руководитель  (Барышникова И.А.)

пос. Кукуштан, 2018 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности разработана на основе Примерной программы начального общего образования, соответствующей федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования второго поколения 2009 г., (сборник нормативных документов).

Реализация учебной программы обеспечивается УМК соответствующему Федеральному перечню учебников, рекомендованных к использованию в образовательных учреждениях на 2015-2016 учебный год, утвержденного приказом директора школы № 57/1 от 22.06.2015 г «Об утверждении учебников, используемых в образовательном процессе».

Актуальность и практическая значимость.

Программа «Тропинка к здоровью» направлена на профилактику и коррекцию нарушений здоровья, и общее оздоровление организма, обеспечивает обучение младших школьников правильным действиям в опасных для жизни и здоровья ситуациях, помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Для формирования привычки к здоровому образу жизни младших школьников необходима совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой, администрацией школы.

Программа включает в себя и вопросы физического здоровья, и духовного. Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе.

Цели:

- Поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся класса.
- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
- Научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

- Формирования стремления к здоровому образу жизни, осознание здоровья как одной из главных ценностей жизни.
- Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирование здорового образа жизни.
- Формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни.
- Расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
- Профилактика вредных привычек.
- Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Программа рассчитана на 12 часов предполагает равномерное распределение этих часов по неделям и проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками - 1 час в неделю.

Программа ориентирована на учащихся 1 класса.

Формы и методы работы:

конкурсы
анкетирование
практические и учебные игры
викторины
экскурсии
утренники
занимательные беседы
оздоровительные минутки
кроссворды

Форма представления результатов:

Соревнования, турниры

Прогнозируемые результаты

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.

Формирование универсальных учебных действий

Личностные

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- осознание ответственности человека за общее благополучие;
- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;
- положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям по программе «По тропе здоровья»;
- способность к самооценке;
- начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях.

Метапредметные

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;

- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;
- установление причинно-следственных связей;

Регулятивные

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;
- умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;

Коммуникативные

В процессе обучения дети учатся:

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

Содержание программы

№	Наименование раздела	Формы деятельности
1	Разговор о правильном питании	Фронтальный опрос
2	Питание и зубы	Фронтальный опрос
3	Умывание и купание	Фронтальный опрос
4	Твой режим дня. Активный отдых	Фронтальный опрос
5	Забота о глазах	Фронтальный опрос
6	Сон – лучшее лекарство	Фронтальный опрос
7	Про тебя самого	Фронтальный опрос
8	Основы личной безопасности и профилактика травматизма Безопасность в повседневной жизни	Фронтальный опрос
	ИТОГО: 12 часа	

Календарно – тематическое планирование:

№	Тема занятия	Ко л- во час ов	Вид деятел ьности	Развитие УУД	Форма контро ля	Дата	
						По плану	По факт у
Разговор о правильном питании							
1	Если хочешь быть здоров. «Здоровое питание – отличное настроение».	1	Беседа	Л:самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни; Р: использование речи для регуляции своего действия; К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;	Фронтальный опрос		
2	Самые полезные продукты. Как правильно есть.	1	Беседа	Л: осознание ответственности человека за общее благополучие; Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок; К: предлагать помощь и сотрудничество;	Практическая работа Фронтальный опрос		
3	Удивительные превращения пирожка. Плох обед, если хлеба нет. Как растят хлеб.	1	Беседа	Л: осознание ответственности человека за общее благополучие; Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи; К: адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Фронтальный опрос		
Питание и зубы							

4	Зубы в жизни человека. Почему болят зубы? Правила ухода за зубами. Чтобы зубки не грустили.	1	Беседа	Л: способность к самооценке; Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок; К: адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Фронтальный опрос		
Умывание и купание							
5	Друзья – Вода и Мыло. Советы доктора	1	Беседа	Л: осознание ответственности человека за общее благополучие; Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи; К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;	Фронтальный опрос		
6	«Маскарад вредных привычек».	1	Беседа	Л: положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок; К: формулировать собственное мнение и позицию;	Тестирование		
Твой режим дня. Активный отдых							
7	Твой новый режим дня. Урок – спектакль (ролевая игра)	1	Беседа	Л: способность к самооценке; Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи; К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;	Практическая работа		

8	Как стать здоровыми и сильными.	1	Беседа	Л: осознание ответственности человека за общее благополучие; Р: использование речи для регуляции своего действия; К: формулировать собственное мнение и позицию;	Практическая работа		
Забота о глазах							
9	Делу время – телевизору час. Глаз – главный помощник человека.	1	Беседа	Л: этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость; Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок; К: предлагать помощь и сотрудничество;	Фронтальный опрос		
Про тебя самого							
10	Осанка – стройная спина. Зарядка дарит бодрость.	1	Беседа	Л: начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях Р: использование речи для регуляции своего действия; К: формулировать собственное мнение и позицию;	Фронтальный опрос		
11	Мышцы, кости и суставы. Как уберечься от переломов и растяжений.	1	Беседа	Л: осознание ответственности человека за общее благополучие; Р: умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить; К: предлагать помощь и сотрудничество; К: формулировать собственное мнение и позицию;	Фронтальный опрос		

12	Физкультурный праздник	1	Праздник	Л: начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях Р: использование речи для регуляции своего действия; К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;	Игра – конкурс		
----	------------------------	---	----------	---	----------------	--	--

Список литературы

Учебники	Учебно – методические пособия	Медиаресурсы
	1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.-2002.- №5.- с.54.	
	2. Асвинова Т.Ф., Литвиненко Е.И. Программа школьной валеологии - реальный путь первичной профилактики.-2003.	
	3. Борисюк О.Л. Валеологическое образование.- 2002.	
	4. Валеологизация образовательного процесса. Мет.пособие / Под ред. Н.И.Балакиревой.- Новокузнецк, 1999.	
	5. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. М.: «Вако»-2004 г.,	