


государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр» с. Четырла
Муниципального района Шенталинский Самарской области

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
классных руководителей
Протокол № 1
от «29» августа 2023 г.

ПРОВЕРЕНО
Зам. директора по ВР
 /Жакарова Н.В./
« 30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
_____/Иванов В.М./
Приказ № 72-од
от «31» августа 2023 г.

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
в 1-4 классах
«Разговор о здоровье и правильном питании»**

Составила: учитель начальных классов
Сидорова Вера Николаевна

Четырла
2023 год

Пояснительная записка

Нормативно-правовая база.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Разговор о здоровье и правильном питании» на уровне основного общего образования составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами, представленными в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования (Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного стандарта основного общего образования»);

- Примерной программы воспитания в соответствии с Основной Образовательной Программой основного общего образования;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
- основная образовательная программа начального общего образования ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Четырла;
- положения о внеурочной деятельности в рамках ФГОС;
- программа внеурочной деятельности в 1-4 классах ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Четырла.

Воспитательная программа «Разговор о здоровье и правильном питании» предусмотрена для детей 7-10 лет и направлена на достижение *цели*:

1. воспитание духовно богатой, физически здоровой, творчески мыслящей личности, владеющей гигиенической культурой, соблюдающей элементарные правила человеческого общежития и ведущей здоровый образ жизни.

Для достижения поставленной цели воспитания необходимо решение следующих *задач*:

1. Формировать стремление к ЗОЖ, осознание здоровья, как одной из главных жизненных ценностей, воспитывать бережное отношение к своему здоровью.
2. Создать здоровую среду и комфортные условия для развития творческих способностей учащихся в соответствии с их склонностями и интересами.
3. Обучать здоровому образу жизни, развивать задатки и склонности к различным видам спорта, формировать и совершенствовать двигательные навыки.

4. Формировать способность к реализации личностного потенциала в игровой, социально ориентированной деятельности на основе нравственных установок и моральных норм, непрерывного образования, самовоспитания.
5. Способствовать укреплению у младшего школьника позитивной нравственной самооценки и самоуважения, жизненного оптимизма.
6. Формировать умение противостоять в пределах своих возможностей действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья, духовной безопасности личности в пределах своих возможностей.

Реализация воспитательной программы выполняет следующие *функции*:

- *Оздоровительная.* Делается акцент на достижение надёжности здоровья в процессе физической активности в дополнение к обучению двигательным умениям, осваиваемым по образовательной программе.
- *Образовательная.* Учащийся овладевает навыками ЗОЖ, которые ему нужны не только в настоящее время. Но и на протяжении всей жизни.
- *Доставляющая удовольствие.* Осознание пользы получаемых навыков за счёт получения удовольствия от занятий, мероприятий и использования игр с учётом интересов учащихся и возможности выбора.
- *Реалистичная.* Учащийся изучает разнообразные возможности, чтобы стать активным и улучшить оздоровительную физическую подготовленность, чтобы перенести их в реальную жизнь.

Данная программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности школьников и предназначена для реализации в начальной школе.

Формы внеурочной работы в рамках реализации воспитательной программы «Разговор о здоровье и правильном питании»:

1. Беседы, чтение и обсуждение рассказов, стихотворений, обсуждение ситуаций.
2. Утренники, праздники здоровья.
3. Игры, соревнования, смотры-конкурсы.
4. Организация санитарного уголка, оформление стендов.
5. Коллективная работа над проектом, организация КТД.

Также реализация программы предусматривает применение следующих *технологий*:

1. создание проблемных ситуаций (деловые игры, тренинги);
2. проектная и исследовательская деятельность;
3. применение информационных и коммуникативных технологий.

Результаты изучения курса

Реализация программы обеспечивает достижение выпускниками начальной школы следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты

1) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

2) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

3) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

Метапредметные результаты

1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

4) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

5) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

6) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

7) определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

2) осознание целостности окружающего мира, освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;

3) развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире и поведении людей.

Тематическое планирование (34 ч)

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Урок безопасности	1
2	Урок Мира	1
3	Правила езды на велосипеде. Игровое занятие	1
4	Мой маршрут «Дом-Школа-Дом» Практическое занятие	1
5	Режим дня школьника. Игровое занятие	1
6	Вредные привычки. Утренняя зарядка. Динамическое занятие	1
7	Разговор о правильном питании	1
8	Идём в поход «Краски осени». Экскурсия	1
9	Влияние алкоголя на детский организм. Спортивные игры	1
10	Если хочешь быть здоров	1
11	Самые полезные продукты	1
12	Как правильно есть	1
13	Словарный урок	1
14	Превращения пирожка	1
15	Из чего варят каши	1
16	Плох обед, если хлеба нет	1
17	Правила поведения за столом и в гостях	1
18	Пора ужинать	1
19	Как утолить жажду	1
20	Что надо есть, если хочешь стать сильнее	1
21	Где найти витамины	1
22	Что такое наркотики	1
23	Польза овощей	1
24	Ягоды и фрукты - самые витаминные продукты	1
25	Читательская конференция	1
26	Меры избегания пассивного курения	1
27	Мои любимые фрукты	1
28	Всякому овощу свое время	1
29	Конкурсы и викторины	1

30	Вредные привычки – профилактика в раннем возрасте	1
31	Самые полезные продукты	1
32	Почему важен режим	1
33	Что такое меню	1
34	Спортивный праздник	1