

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ИНГУШЕТИЯ  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Средняя общеобразовательная школа №12 г.Назрань"**

РАССМОТРЕНО

на заседании  
МО

---

Шадьжева А.Р.

Приказ № 1  
от «31» 08.2023

СОГЛАСОВАНО

Зам. Директора по  
УВР НШ

---

Цурова М.М.

Приказ № 1  
от «31» 08.2023

УТВЕРЖДЕНО

Директор  
ГБОУ «СОШ №12 г.Назрань»

---

Бекова Э.К.

Приказ № 1  
от «31» 08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по внеурочной деятельности  
**«ЗДОРОВЕЙКА»**  
для 1 – 4 класса

Назрань2023

## I. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА «ЗДОРОВЕЙКА»

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению 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 является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### **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.

### **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.

### **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 (в приложении представлены варианты проведения уроков).

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру.

Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

### **Формы организации деятельности:**

Ведущими формами организации внеурочной деятельности предполагаются: • экскурсии;

- практические занятия;
- сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра; • КТД;
- просмотр и обсуждение видеоматериала;
- беседы по воспитательным эффектам подвижных игр; • мини – проекты;
- подвижные игры;
- спортивные состязания, турниры и т.п.

Форма организации деятельности в основном – коллективная и групповая. Перечисленные формы и методы работы с детьми носят преимущественно

интерактивный характер, что обеспечивает непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирует их интерес к изучаемому материалу, дает возможность проявить свои творческие способности.

Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную

индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка. Каждое занятие должно стать настоящим уроком «здорово творче».

**Измерителями достижений** являются результаты участия в конкурсах различного уровня, степень продвижения результатов каждого обучающегося индивидуально. Все достижения ребенка отражаются в его портфолио.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «ЗДОРОВЕЙКА»**

При составлении программы были учтены принципы повторяемости пройденного материала и постепенности ввода нового, а также знания полученные учащимися на уроках физической культуры. Система учебных заданий представлена в логической последовательности от простого к сложному. Новый материал вводится пошагово небольшими порциями. Программа включает практический материал.

Специальных уроков по теоретическим сведениям из области физической культуры и спорта не проводится, но все учащиеся за время обучения должны получить необходимые знания о физических упражнениях, понимать их значение, знать гигиенические правила и правила техники безопасности, уметь применять их в жизни.

Теоретические сведения, получаемые на вводных занятиях сочетаются со знаниями учащихся полученными на уроках чтения, математики, развития речи, физической культуры, ритмики, по темам: охрана здоровья, правила гигиены, режим школьника, геометрические фигуры, пространственная ориентация, порядковый и количественный счёт, меры длины.

Система практических заданий с выраженной коррекционной направленностью, позволяет в последствии более продуктивно организовать самостоятельную работу учащихся во внеурочное время с целью закрепления, полученных знаний, умений и навыков и их общего развития. Особое внимание уделяется соблюдению правил техники безопасности на уроке.

### III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО КУРСУ «ЗДОРОВЕЙКА»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1
2	Подвижные игры.	10
3	День здоровья.	7
4	Осенний кросс.	2
5	Динамическая прогулка.	6
6	Игры с мячом.	3
7	Весёлые старты.	1
8	Час настольных игр.	2
9	Военно-спортивная игра «Зарничка».	2
ИТОГО:		34

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА «ЗДОРОВЕЙКА» (1-4 класс)  
на 2023 – 2024 учебный год**

№ п/п	Дата		Тема	Содержание деятельности	Кол. часов.
	по плану	по факту			
1			Инструктаж по ТБ. Вводное занятие.	Техника безопасности во время занятий. Подвижные игры на свежем воздухе.	2
2			Подвижные игры на свежем воздухе.	Подвижные игры на свежем воздухе.	2
3			Подвижные игры на свежем воздухе.		2
4			День здоровья «Малые олимпийские игры».	Участие в массовом спортивном мероприятии.	2
5			День здоровья «Малые олимпийские игры».		2
6			Осенний кросс.	Забег на 500 м.	2

7			Осенний кросс.		2
8			Динамическая прогулка.	Экскурсия в парк «Движение – путь к здоровью.	2
9			Динамическая прогулка.		2
10			Игры с мячом.	Игра в футбол, пионербол на спортивной площадке.	2
11			Игры с мячом.		2
12			Подвижные игры.	Подвижные игры на свежем воздухе.	2
13			Подвижные игры.		2
14			Подвижные игры.	Подвижные игры на преодоление препятствий.	2
15			Подвижные игры.		2

16			Весёлые старты.	Командные состязания.	2
17			Динамическая прогулка.	Экскурсия в зимний парк «Движение – путь к здоровью.	2
18			Динамическая прогулка.		2
19			День здоровья «Зимние спортивные игры»	Соревнования на санках, построение крепости, игры и соревнования на свежем воздухе.	2
20			День здоровья «Зимние спортивные игры»		2
21			Подвижные игры.	Подвижные игры и упражнения с обручами и мячами.	2
22			Подвижные игры.		2
23			Час настольных игр.	Шашечно-шахматный турнир.	2
24			Час настольных игр.		2

25			Игры с мячом.	«Перестрелка».	2
26			Подвижные игры на свежем воздухе.	Подвижные игры на свежем воздухе.	2
27			Подвижные игры на свежем воздухе.		2
28			Динамическая прогулка.	Экскурсия в весенний парк «Движение – путь к здоровью».	2
29			Динамическая прогулка.		2
30			Комплекс ГТО.	Сдача норм ГТО.	2
31			Комплекс ГТО.		2
32			День здоровья.	Подвижные игры на свежем воздухе.	2
33			День здоровья.		2

34			День здоровья.		2
----	--	--	----------------	--	---