

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №5 с.п. Новый Редант им. А.О. Лычкова»

«ИЖИРЕЛИО»  
Законная делегация по ИР  
с.п. Новый Редант

Лицевой М.М.  
«ИР» 04/09/2022 г.



ПРОГРАММА  
«Инициативная ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Классы – 1А

Срок реализации – 1 год.

Составитель – Хозбатова Х.И.

с.п. Новый Редант, 2022 г.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №5 с.п. Новый Редант им. А.О.Льянова»**

«ПРОВЕРЕНО»

Заместитель директора по ВР

С.п. Новый Редант

Цечоев М.М. \_\_\_\_\_

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор СОШ № 5

С.п. Новый Редант

М.А. Цечоева \_\_\_\_\_

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.

**ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Занимательная грамматика»**

**Классы - 1 А**

**Срок реализации - 1 год.**

**Составитель - Хозбатова Х.И.**

**С.п. Новый Редант, 2022 г.**

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Основы здоровой жизни» по спортивно-оздоровительному направлению для 1 класса составлена в соответствии с требованиями:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г., № 373.
- Основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ «Сош № 5» с.п. Новый –Редант..
- Положения о структуре, технологии разработки, порядке рассмотрения и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов в № 5.

**Цель:**

формировать установки на ведение здорового образа жизни и обучить способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

**Задачи:**

сформировать представления о факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха;

обучить правилам личной гигиены в разных условиях, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье; правилам двигательной активности; упражнениям сохранения правильной осанки, зрения; осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье.

В 1 классе курс «Первые шаги к здоровью» рассматривает следующие вопросы: первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.

**Место предмета в учебном плане.** Программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс — 33 часа в год.

**Ценностные ориентиры.**

**Формирование основ гражданской идентичности личности** на основе:

- чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознания ответственности человека за благосостояние общества;
- восприятия мира как единого и целостного при разнообразии культур, национальностей, религий; уважения истории и культуры каждого народа;

**Формирование психологических условий развития общения, сотрудничества** на основе:

- доброжелательности, доверия и внимания к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
- уважения к окружающим — умения слушать и слышать партнёра, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учётом позиций всех участников;

**Развитие ценностно-смысловой сферы личности** на основе общечеловеческих принципов нравственности и гуманизма:

- принятия и уважения ценностей семьи и образовательной организации, коллектива и общества и стремления следовать им;
- ориентации в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей, развития этических чувств (стыда, вины, совести) как регуляторов морального поведения;

- формирования эстетических чувств и чувства прекрасного через знакомство с национальной, отечественной и мировой художественной культурой;

**Развитие умения учиться** как первого шага к самообразованию и самовоспитанию, а именно:

- развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;
- формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);

**Развитие самостоятельности, инициативы и ответственности личности** как условия её самоактуализации:

- формирование самоуважения и эмоциональноположительного отношения к себе, готовности открыто выражать и отстаивать свою позицию, критичности к своим поступкам и умения адекватно их оценивать;
- развитие готовности к самостоятельным поступкам и действиям, ответственности за их результаты;
- формирование целеустремлённости и настойчивости в достижении целей, готовности к преодолению трудностей, жизненного оптимизма;
- формирование умения противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью, безопасности личности и общества, в пределах своих возможностей, в частности проявлять избирательность к информации, уважать частную жизнь и результаты труда других людей.

**Формы проведения:** игры, беседы, анкетирование, просмотр тематических видеофильмов, экскурсии, дни здоровья, конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок.

### **Планируемые результаты**

#### ***Личностные результаты***

- Определять и высказывать 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;
- сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

#### ***Метапредметные результаты***

##### ***Регулятивные УУД:***

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному плану.
- Учиться совместно с педагогом и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности.

##### ***Познавательные УУД:***

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы.

##### ***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.

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

### **Предметные результаты**

#### **Учащийся научится различать**

- основы рационального питания;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

#### **Учащийся получит возможность научиться:**

- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- заботиться о своем здоровье;

### **Содержание курса**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка» состоит из 7 разделов:

«Вот мы и в школе»: личная гигиена в разных условиях, значение физических упражнений для организма;

«Питание и здоровье»: основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого;

«Моё здоровье в моих руках»: влияние различной окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата;

«Я в школе и дома»: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона;

«Чтоб забыть про докторов»: занятие спортом.

«Я и моё ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома;

«Вот и стали мы на год взрослей»: первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

В содержании программы перечисленные разделы возобновляются на протяжении четырех лет, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, закреплению социально одобряемой модели поведения обучающихся.

Содержание программы отражает взаимосвязь всех компонентов здоровья, подчеркивает взаимное влияние интеллектуальных способностей, коммуникативных умений, потребности в соблюдении личной гигиены, необходимости закаливания и правильного питания, эмоционального отношения к деятельности.

### **Учебно-тематический план**

**Календарно-тематический план**

№ п/п	№ п/п	Дата		Наименование разделов и дисциплин		Виды деятельности учащихся		Форма контроля
		№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	В том числе	лекции	практи-ческие	
					<b>Введение «<u>Вот мы и в школе</u>».</b>		Различать способы занятия	сохранения и
I	1		Введение «Вот мы и в школе»	4	«Вот мы и в школе» к доброму здоровью	1	укрепления здоровья.	Праздник
II	2		Питание и здоровье	5	Здоровье в порядке - спасибо зарядке	3	Соблюдать правила в семье, в гостях,	облепленные Викторина
III	3		Моё здоровье в моих руках	7	Вахотях у Мойдыра Кукольный спектакль	3	общественных учреждениях;	Викторина
IV			Я в школе и дома		К. Чуковский «Мойдодыр»	3	3	Игра -
	4				Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»		праздник	викторина
V			Чтоб забыть про докторов		Мойдодыр»	4	1	3
					<b>Питание и здоровье</b>			Иметь знания о “полезных” и “вредных” продуктах.
VI			Я и моё ближайшее окружение	3	Я и моё ближайшее окружение	1	1	“полезных” и “вредных” продукты.
VII	5		«Вот и стали мы на год взрослей»	5	Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники»	3	1	режима питания. Диагностика
			Итого:					Понимать основы рационального питания;
	6				Культура питания Приглашаем к чаю			Осознавать влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
	7				Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)			Понимать значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
	8				Как и чем мы питаемся			
	9				Красный, жёлтый, зелёный			викторина
					<b>Моё здоровье в моих руках</b>			Иметь знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.
	10				Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим			Понимать основы рационального питания;
	11				Полезные и вредные продукты.			Осознавать влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
	12				Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк»			Понимать значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
	13				Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»			
	14				Как обезопасить свою жизнь			
	15				<u>День здоровья</u> «Мы болезнь победим быть			