

**Приложение № 5  
к основной образовательной программе  
начального общего образования**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по внеурочной деятельности  
«Азбука здоровья»  
для учащихся 2 классов**

Составитель: Е.Н.Давыдова  
Л.С.Рябинина  
Д.А. Филиппева

г. Березники  
2023 г.

Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (стандарты третьего поколения), представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности младших школьников (1- 4 классы) и предназначена для реализации в одном отдельном взятом классе.

Количество часов для обучающихся 2 классов 2 часа в неделю; в год 68 часов.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

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.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

➤ личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

➤ метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

➤ предметные результаты — 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.

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):

#### **1.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.

➤ Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

## **2. 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.

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

## **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

➤ осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

➤ социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

## Содержание программы

№ п/п	Модуль	Всего, час.	В том числе		Форма контроля
			беседы	практические занятия	
I	Введение «Вот мы и в школе».	8	4	4	КВН
II	Питание и здоровье	10	5	5	викторина
III	Моё здоровье в моих руках	14	10	4	За круглым столом
IV	Я в школе и дома	12	9	3	КВН
V	Чтоб забыть про докторов	8	2	4	«Разговор о правильном питании» конкурс
VI	Я и моё ближайшее окружение	8	3	4	Разработка проекта
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	8	4	4	Диагностика
	Итого:	68	38	30	

## Календарно-тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	В том числе			Форма контроля
			беседы	деловые игры	практические занятия	
I	<b>Введение «Вот мы и в школе».</b>	8	4	1	3	
1.1	Что мы знаем о ЗОЖ	2	1			
	Что мы знаем о ЗОЖ				1	
1.2	По стране Здоровейке	2			1	
	По стране Здоровейке			1		
1.3	В гостях у Мойдодыра	2	1			
	В гостях у Мойдодыра		1			

1.4	Я хозяин своего здоровья	2	1			
	Я хозяин своего здоровья				1	КВН
II	<b>Питание и здоровье</b>	10	5	3	2	
2.1	Правильное питание - залог здоровья .	1	1			
2.2	Меню из трех блюд на всю жизнь.	1		1		
2.3	Культура питания. Этикет.	2	1			
	Культура питания. Этикет.				1	
2.4	Полезные и вредные продукты.	1	1			
2.3	Спектакль «Я выбираю кашу»	1	1			
2.4	«Что даёт нам море»	2	1			
	«Что даёт нам море»			1		
2.5	Светофор здорового питания	2		1		
	Светофор здорового питания				1	викторина
III	<b>Моё здоровье в моих руках</b>	14	10	1	3	
3.1	Сон и его значение для здоровья человека	2	1			
	Сон и его значение для здоровья человека				1	
3.2	Закаливание в домашних условиях	1	1			
3.3	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.	2	1			
	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.		1			
3.3	День здоровья «Будьте здоровы»	1	1			
3.4	Иммунитет	2	1			
	Иммунитет				1	
3.5	Беседа "Как сохранять и укреплять свое здоровье".	2	1		1	
	Беседа "Как сохранять и укреплять свое здоровье".		1			
3.6	Спорт в жизни ребёнка.	2	1			
	Спорт в жизни ребёнка.			1		

3.7	Слагаемые здоровья	2	1			
	Слагаемые здоровья				1	за круглым столом
IV	<b><i>Я в школе и дома</i></b>	12	9	1	3	
4.1	<i>Я и мои одноклассники</i>	2	1			
	<i>Я и мои одноклассники</i>			1		
4.2	Почему устают глаза?	2	1			
	Почему устают глаза?		1			
4.3	Гигиена позвоночника. Сколиоз	2	1			
	Гигиена позвоночника. Сколиоз				1	
4.4	Шалости и травмы	2	1			
	Шалости и травмы				1	
4.5	«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление	2	1			
	«Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление		1			
4.6	Красивая осанка	1	1			
4.7	Умники и умницы	1			1	КВН
V	<b><i>Чтоб забыть про докторов</i></b>	8	3	2	3	
5.1	С. Преображенский «Огородники»	1	1			
5.2	Как защитить себя от болезни.	3	1			
	Как защитить себя от болезни.			1		
	Как защитить себя от болезни. (Выставка рисунков)				1	круглый стол
5.3	День здоровья «Самый здоровый класс»	1			1	
5.4	«Разговор о правильном питании» .	3	1			
	Вкусные и полезные вкусности.			1		
	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности				1	конкурс
VI	<b><i>Я и моё ближайшее окружение</i></b>	8	4		4	

6.1	Мир эмоций и чувств.	2	1			
	Мир эмоций и чувств.				1	
6.2	Вредные привычки	2	1			
	Вредные привычки		1			
6.3	«Веснянка»	1			1	
6.4	В мире прекрасного	1			1	
6.5	В мире интересного	2	1			
6.5	В мире интересного				1	викторина
VII	<b>«Вот и стали мы на год взрослей»</b>	8	4	1	3	
7.1	Я и опасность.	2	1			
	Я и опасность.		1			
7.2	Чем и как можно отравиться.	2	1			
	Чем и как можно отравиться.			1		
7.3	Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы»	1			1	
7.4	Первая помощь при отравлении	2	1			
	Первая помощь при отравлении				1	
7.4	Наши успехи и достижения	1			1	диагностика
	Итого:	68	38	9	21	