**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ЗАРЕЧНЕНСКАЯ ШКОЛА - ДЕТСКИЙ САД» ДЖАНКОЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **РАССМОТРЕНО**  На заседании МО  Протокол № 27.08.2024 г.  Руководитель МО**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024 г. | **СОГЛАСОВАНО**  Заместитель директора  по УВР  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** Мезенцева Е.И.  «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024 г. | **УТВЕРЖДЕНО**  Приказом от 27.08.2024 г.  Директор МБОУ «Заречненская школа – детский сад» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Щерблюк Н.В.  «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по внеурочной деятельности, 3 класс**

**«Здоровята»**

**на 2024-2025 учебный год**

**с. Заречное**

Рабочая программа составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки от 06.10.2009г. № 373 (в ред. пр. Минобрнауки РФ от 26.11.2010г. №1241, от 22.09.2011г. №2357, от 18.12.2012г. №1060);

- Методических рекомендаций об особенностях преподавания внеурочной деятельности «Здоровята» в общеобразовательных организациях Республики Крым в 2024/2025 учебном году;

- Основной образовательной программы начального общего образования по ФГОС НОО МОУ «Заречненская школа» - МБОУ «Заречненская школа – детский сад», утв. приказом от 27.08.2024 г. №173

По учебному плану МБОУ «Заречненская школа – детский сад» на изучение внеурочной деятельности «Здоровята» в 3 классе отведено 17 часов.

**Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

*Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности.*

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

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка» обучающиеся должны:

ЗНАТЬ:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;

- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

- основы рационального питания;

- правила оказания первой помощи;

- способы сохранения и укрепление здоровья;

- основы развития познавательной сферы;

- общепринятые правила поведения в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;

- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

- знания о «полезных» и «вредных» продуктах, значение режима питания.

УМЕТЬ:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

- различать «полезные» и «вредные» продукты;

- использовать средства профилактики ОРЗ. ОРВИ, клещевого энцефалита;

- определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье

- заботиться о своем здоровье;

- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;

- находить выход из стрессовых ситуаций;

- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;

- отвечать за свои поступки.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка» 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 свое предположение 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.

Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в книге (на развороте, в оглавлении, в словаре).

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя книгу, 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 учителя, 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

Содержание программы связано со многими учебными предметами, такими как окружающий мир, литературное чтение, физическая культура, изобразительное искусство.

**Содержание курса внеурочной деятельности**

**Введение (1 ч)**

Здоровье и ЗОЖ. Спортивная игра «Дальше, быстрее, выше».

**Подвижные игры (2ч)**

Подвижные игры. Спортивные игры и эстафеты. Игры разных народов.

Правила техники безопасности. Правила игры. Разучивание игр для организации перемен.

**Мое здоровье в моих руках (4 ч)**

Взаимосвязь труда со здоровьем.

О мозге и его волшебном свойстве.

Природа - источник здоровья. Как закалять свой организм в домашних условиях.

Виды отдыха. Лучший отдых.

**Азбука здоровья (4ч)**

Органы зрения и забота о них, их роль в жизни человека. Бережное отношение к своему организму. Разучивание гимнастики для глаз.

Кожа. Значение кожи для человека. Уход за кожей. Правила оказания первой помощи при ранении кожи.

Настроение. Признаки плохого настроения, причины. Как бороться с плохим настроением.

Эпидемии. Прививки и их значение. Виртуальная экскурсия в аптеку.

**Питание и здоровье (2 ч)**

Режим питания, польза прогулок после еды, режим употребления жидкости, целебные

источники и минеральные воды. Профилактика желудочных заболеваний.

Традиции питания на Руси.

**Советы Айболита (3 ч)**

Правила закаливания. Правила гигиены. Формирование умения детей правильно мыть руки, чистить зубы, пользоваться носовыми платками.

Искривления позвоночника. Лесная аптека. Правила сбора трав и пользования ими.

Правила одевания. Правила ухода за волосами.

**Заключение (1 ч)**

Подведение итогов за год.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п /п** | **Название раздела** | **Количество часов** |
| 1 | Введение | 1 |
| 2 | Подвижные игры | 2 |
| 3 | Мое здоровье в моих руках | 4 |
| 4 | Азбука здоровья | 4 |
| 5 | Питание и здоровье | 2 |
| 6 | Советы Айболита | 3 |
| 7 | Заключение | 1 |