

**Рабочая программа внеурочной деятельности**  
(общеинтеллектуальное направление)

**«Азбука здоровья»**

Срок реализации: 1 год

Возрастной контингент: 7-8 лет

Составитель: Белозерова Н.Н.  
учитель начальных классов

## Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»

### Личностные результаты:

- 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.

### Метапредметные результаты:

#### 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.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

#### 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).

#### 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.
- 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).

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

### Содержание

**Друзья с водой (2ч)** - Советы доктора Воды. Друзья Вода и Мыло.

**Забота об органах чувств (5 ч)** - Глаза – главные помощники человека. Чтобы уши слышали. Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма. Если кожа повреждена.

**Уход за зубами (3 ч)** - Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку красивой.

**Уход за руками и ногами (1 ч)** - «Рабочие инструменты» человека.

**Как следует питаться (2 ч)** - Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая Пища для всей семьи.

**Как сделать сон полезным (1 ч)** - Сон – лучшее лекарство.

**Настроение в школе (2 ч)** - Как настроение?

**Настроение после школы(1 ч)** - Я пришёл из школы.

**Поведение в школе (2 ч)** - Я – ученик.

**Вредные привычки (2 ч)**

**Мышцы, кости и суставы (2 ч)** - Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина.

**Как закаляться (2 ч)** - Если хочешь быть здоров.

**Как правильно вести себя на воде (1 ч)** - Правила безопасности на воде.

**Народные игры.(2 ч)**

**Подвижные игры (3ч)**

**Доктора природы(2 ч)**

**Формы проведения занятий:** занимательная беседа, презентация, творческая работа, проект, игра, конкурс, совместные мероприятия с медработником школы

### Тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов
1-2	Дружи с водой.	2
3-6	Забота об органах чувств.	4
7-9	Уход за зубами.	3
10	Уход за руками и ногами.	1
11	Уход за руками и ногами.	1
12-13	Забота о коже.	2
14-15	Как следует питаться.	2
16	Как сделать сон полезным.	1
17	Настроение в школе.	1
18	Настроение после школы	1
19	Поведение в школе	1
20-21	Вредные привычки.	2
22-23	Мышцы, кости и суставы.	2
24	Как закаляться.	1
25	Как правильно вести себя на воде.	1
26-27	Народные игры.	2
28-30	Подвижные игры.	3
31	Доктора природы.	1
32-33	Защита творческой работы или проекта	2