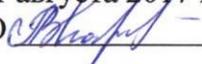


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Таицкая средняя общеобразовательная школа»

**«Рассмотрена»**

на заседании ШМО учителей начальных классов  
Протокол № 1 от 31 августа 2017 г.

Руководитель ШМО  Маркова Л.В.

**«Согласована»**

Зам. директора по УВР

 Вотинцева О.И.

31 августа 2017г.

**Приложение №2.11** к основной образовательной  
программе начального общего образования, утвер-  
ждённой Приказом № 97 от 31 августа 2017 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности**  
**по спортивно-оздоровительному направлению**  
**«Ступеньки к здоровью»**  
для обучающихся 1 классов  
**на 2017/2018 учебный год**

**Разработчики программы:**

Емельянова Т.В., учитель начальных классов первой квалификационной категории

Конашева Н.Н., учитель начальных классов высшей квалификационной категории

Маркова Л.В., учитель начальных классов высшей квалификационной категории

# I. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ и ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

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;
- 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 «Ступеньки к здоровью» 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 «Ступеньки к здоровью» - 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.
- 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:

- 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 (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.

#### **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.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Ступеньки к здоровью» предназначена для обучающихся 1 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 35 минут.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Ступеньки к здоровью» обучающиеся должны **знать**:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**уметь**:

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

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.

### III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ «Ступеньки к здоровью»

Дата	№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.
	1	Что мы знаем о ЗОЖ	1
	2	В гостях у Мойдодыра	1
	3	Питание и здоровье	1
	4	День здоровья «Будьте здоровы»	1
	5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	
	6	Спорт в жизни ребёнка.	1
	7	Шалости и травмы	1
	8	День здоровья «Самый здоровый класс»	1
		Итого:	8







