

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Администрация Приморского района

ГБОУ гимназия №49

РАССМОТРЕНО

Методическим объединением
учителей начальных классов

Протокол от 29.08.2023 г. № 1

Председатель МО

Н.Н. Волкова

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим Советом
ГБОУ гимназии № 49
Приморского района Санкт-
Петербурга

Протокол от 30.08.2023 г. № 1

Председатель
педагогического совета

Ф.Ф. Сёмочкина

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора ГБОУ
гимназии № 49 Приморского
района Санкт-Петербурга

Приказ от 31.08.2023 г.

№ 115

Директор гимназии

Ф.Ф. Сёмочкина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Коллективно-творческие дела»

для обучающихся 1-4 классов

г. Санкт-Петербург, 2023

Содержание рабочей программы

I Пояснительная записка

1. Общая характеристика курса внеурочной деятельности
2. Цель и задачи курса внеурочной деятельности
3. Место курса внеурочной деятельности в учебном плане
4. Ценностные ориентиры содержания курса внеурочной деятельности
5. Содержание курса внеурочной деятельности
6. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности
7. Требования к уровню подготовки обучающихся
8. 8. Материально – техническое обеспечение

II календарно – тематическое планирование

I Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Здоровейка» для обучающихся 3-х классов разработана с учётом следующих нормативных документов:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 "Об утверждении федерального образовательного стандарта начального общего образования";

- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 № 115;

- Инструктивно-методического письма Министерства просвещения РФ от 05.07.2022 № ТВ-1290/03 «Информационно-методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования»;

- санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);

- санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685- 21);

- Устава государственного бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии №49 Приморского района Санкт-Петербурга (согласован Главой Администрации Приморского района Санкт-Петербурга 08.09.2014г., утверждён Распоряжением Комитета по образованию от 13 октября 2014г. № 1625-р. Изменения в Устав согласованы Главой Администрации Приморского района Санкт-Петербурга 06.11.2020г., утверждены Распоряжением Комитета по образованию от 09 декабря 2020г. № 2368-р)

- Основной образовательной программы начального общего образования, утверждённой Приказом директора ГБОУ гимназии № 49 от 31.08.2023 № 115;

- Положения об организации внеурочной деятельности в ГБОУ гимназии №49 Приморского района Санкт-Петербурга от 01.09.2022 протокол №2; утверждено директором ГБОУ гимназии №49 01.09.2022г. приказ № 140;

- Программы воспитания ГБОУ гимназии № 49.

1. Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

2. Цель и задачи курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» может рассматриваться как одна из ступеней к

формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностноориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования и спроектирована с учётом нивелирования вышеперечисленных школьных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья младших школьников.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

1. Формирование:

- представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

2. Обучение:

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

3. Место курса внеурочной деятельности в учебном плане Программа рассчитана на 1 год.

Содержание курса рассчитано на 34 часа - 1 час в неделю.

4. Ценностные ориентиры содержания курса внеурочной деятельности

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

- **Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.
- **Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.

- **Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой деятельности и жизни.
- **Ценность свободы** как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе

5. Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание программы соответствует познавательным возможностям младших школьников и предоставляет им возможность работать на уровне повышенных требований, развивая учебную мотивацию.

Творческие работы, проектная деятельность и другие технологии, используемые во внеурочную работу, должны быть основаны на любознательности детей, которую и следует поддерживать и направлять. Данная практика поможет ему успешно овладеть не только общеучебными умениями и навыками, но и осваивать более сложный уровень знаний по предмету, достойно выступать на олимпиадах и участвовать в различных конкурсах.

№	Наименование разделов	Количество часов
1.	Вводное занятие. Путешествие по стране Здоровья.	1
2.	Подвижные игры	1
3.	Подвижные игры	1
4.	Подвижные игры	1
5.	Подвижные игры	1
6.	Подвижные игры	1
7.	Подвижные игры	1
8.	Игры на свежем воздухе.	1
9.	Игры на свежем воздухе.	1
10.	Школа здорового питания	1
11.	Что едят на завтрак, обед и ужин	1
12.	Хлеб-всему голова	1
13.	Хлебное разнообразие	1
14.	Овощи и фрукты-витаминные продукты	1
15.	Помоги себе сам	1
16.	Осанка-стройная фигура	1

17.	Упражнения для снятия усталости в спине	1
18.	Чихали мы на простуду	1
19.	Режим дня	1
20.	О мерах безопасности	1
21.	Овощи-как лекарство	1
22.	Лук и чеснок	1
23.	Лекарственные травы	1
24.	Вкусные лекарства	1
25.	Подвижные игры	1
26.	Подвижные игры	1
27.	Подвижные игры	1
28.	Подвижные игры	1
29.	Подвижные игры	1
30.	Мои любимые игры	1
31.	Мои любимые игры	1
32.	Мои любимые игры	1
33.	Мои любимые игры	1
34.	Мои любимые игры	1
	Всего:	34ч

6. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- становление основ гражданской российской идентичности, уважения к своей семье и другим людям, своему Отечеству, развитие морально-этических качеств, адекватных полноценной математической деятельности;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире на основе метода рефлексивной самоорганизации;
- принятие социальной роли «ученика». Осознание личностного смысла учения и интереса к изучению математики;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, способность к рефлексивной самооценке собственных действий и волевая саморегуляция;
- освоение норм общения и коммуникативных взаимодействий, умение находить выходы из спорных ситуаций *Регулятивные УУД:*

- Вырабатывает критерии оценки в диалоге с учителем, одноклассниками и самостоятельно;
- Осознаёт уровень и качество выполнения работы; *Познавательные УУД:*
- Использует сравнение для установления общих и специфических свойств объектов, высказывает суждения по результатам сравнения;
- Делает выводы на основе обобщения знаний;
- Понимает цель и осмысливает прочитанное;
- Определяет последовательность действий для решения предметной задачи, осуществляет простейшее планирование своей работы;

Коммуникативные УУД:

- Участвует в учебном диалоге;
- Строит монологическую речь;
- Соблюдает нормы речевого взаимодействия.
- Сотрудничает с одноклассниками при работе в группе. *Предметные результаты:*
- освоение опыта самостоятельной деятельности по получению нового знания, его преобразованию для решения учебно-познавательных и учебнопрактических задач;
- использование приобретенных знаний для описания и объяснения окружающих предметов, процессов, явлений, а также оценки их количественных и пространственных отношений;

Предполагаемые результаты.

Занятия должны помочь учащимся:

- помочь учащимся овладеть способами исследовательской деятельности;
- формировать творческое мышление;
- способствовать улучшению качества решения задач различного уровня сложности учащимися;
- успешному выступлению на играх, конкурсах.

7. Требования к уровню подготовки обучающихся Основные виды деятельности учащихся:

- оформление газет о здоровье
- знакомство с научно-популярной литературой, связанной с медициной
- проектная деятельность
- самостоятельная работа
- работа в парах, в группах
- творческие работы

Виды контроля знаний

В данном случае для проверки уровня усвоения знаний учащимися могут быть использованы нестандартные виды контроля:

- Участие в конкурсах, викторинах, КВН, турнирах.
- Выпуск газет о здоровье.

8. Материально – техническое обеспечение

- Мультимедийный проектор.
- Интерактивная доска.
- Мультимедийные презентации (программы: SMART, Power Point).
- Компьютер
- Учебно - наглядные пособия:
- Серия сюжетных картинок.
- Предметные картинки.

Календарно – тематический план кружка «Здоровейка»

Категория слушателей: обучающиеся 3 класса

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю -68 часов

Дата проведения	№ п/п	Дата факт.	Тема занятия	Тип занятия	Деятельность учащихся		Вид контроля	Содержание занятия
					УУД	Освоение предметных умений		
1 неделя сентября	1		Вводное занятие. Путешествие по стране Здоровья.	беседа	Личностные УУД: - Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы); - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;	Рассказать о стране Здоровья	Текущий контроль.	Знакомство с целями и задачами кружка. Инструктаж по технике безопасности.
2 неделя сентября	2		Подвижные игры	прогулка		Учиться применять свои знания в игре	Текущий контроль.	«Мяч в воздухе», «Попрыгунчики».
3 неделя сентября	3		Подвижные игры	прогулка		Учиться применять свои знания в игре	Текущий контроль. Работа в группах	«Рыбаки и рыбки»,»Ручеёк»
4 неделя сентября	4		Подвижные игры	занятиепрогулка		Учиться применять свои знания в игре	Текущий контроль. Работа в группах	«Вороны и воробьи», «Весёлая змейка»

5 неделя сентября	5		Подвижные игры	занятие прогулка	○ осознание ответственности человека за общее благополучие; ○ этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчив ○ способность к самооценке; ○ начальные навыки	Учиться применять свои знания в игре	Текущий контроль. Работа в группах	Эстафеты с мячом
1 неделя октября	6		Подвижные игры	прогулка		Учиться применять свои знания в игре	Текущий контроль.	«Салки с подскоком», «Перемена мест»

					сотрудничества в разных ситуациях. Регулятивные УУД: ○ Определять и формулировать цель деятельности ○ Учить высказывать своё предположение			.
2 неделя октября	7		Подвижные игры	прогулка		Учиться применять свои знания в игре	Текущий контроль.	«Удочка», «Домики и гномы»
3 неделя октября	8		Игры на свежем воздухе.	прогулка		Научиться работать в группе.	Текущий контроль.	Эстафеты по командам
4 неделя октября	9		Игры на свежем воздухе.	прогулка		Научиться работать в группе.	Текущий контроль.	эстафеты

2 неделя ноября	10		Школа здорового питания	беседа
3 неделя ноября	11		Что едят на завтрак, обед и ужин	Круглый стол
4 неделя ноября	12		Хлеб-всему голова	беседа
1 неделя декабря	13		Хлебное разнообразие	конкурс
2 неделя декабря	14		Овощи и фрукты - витаминные продукты	презентация
3 неделя декабря	15		Помоги себе сам	беседа

(версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.

- Учиться адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- Умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить; Умение соотносить правильность выбора, планирования,

Узнать об основах здорового питания	Текущий контроль. Работа в группах	Диспут о рациональном питании человека. Игра «Советы Феи питания»
Учиться составлять дневной рацион	Текущий контроль.	Игра «Блюда стройся»
Узнать о разнообразии хлебных продуктов	Текущий контроль.	«Кладовая народной мудрости»
Учиться рассказывать о своём рецепте	Текущий контроль.	Конкурс рецептов. Рисование
Узнать о разнообразии фруктов и овощей, их значении для организма	Текущий контроль.	Презентация . Игра «Доскажи словечко»
Узнать о значении здорового образа жизни	Текущий контроль.	Беседа. Диспут о способах помощи своему организму

4 неделя	16		Осанка-стройная	беседа	○ выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи; Познавательные УУД: Добывать новые	Узнать о значении	Текущий	Разучивание
----------	----	--	-----------------	--------	---	-------------------	---------	-------------

декабря			фигура		знания: находить ответы на вопросы, используя учебную литературу, 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	правильной осанки	контроль	весёлых физкультминут
2 неделя января	17		Упражнения для снятия усталости в спине	Спортивный час		Разучить упражнения	Текущий контроль Работа в группах.	Беседа по теме. Разучивание и выполнение упражнений
3 неделя января	18		Чихали мы на простуду	беседа		Узнать о мерах профилактики, их важном значении для здоровья	Текущий контроль Работа в группах.	Рассказ о профилактике гриппа и ОРВИ Обмен мнениями. Рисование
4 неделя января	19		Режим дня	Круглый стол		Научиться составлять режим дня	Текущий контроль.	Совместное составление режима дня. Рисование по теме

неделя марта	24		Вкусные лекарства	беседа
-----------------	----	--	-------------------	--------

- работать в группе,
учитывать мнения
партнеров, отличные от
собственных;
- ставить вопросы;
- обращаться за помощью;

Узнать о лечебных свойствах соков	Текущий контроль Работа в группах.	Игра «Откуда фрукт?». Рассказ о различных соках и их лечебных свойствах. Рассказы детей
--------------------------------------	---	---

								«У нас в саду»
февраля			травы	я	(лидера, исполнителя, крит	лекарственными травами	контроль Работа в группах.	презентация
1 неделя февраля	20		Режим дня	диспут	моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков). Коммуникативные УУД: ○ Слушать и понимать речь других. ○ Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им. ○ Учиться выполнять различные роли в группе	Узнать о мерах безопасности	Текущий контроль.	Конкурс рассказов об ОБЖ
2 неделя февраля	21		Овощи-как лекарство	беседа		Узнать о лекарственных свойствах овощей	Текущий контроль.	Беседа по теме. Физкультминутка кроссворд
3 неделя февраля	22		Лук и чеснок	беседа		Узнать о целебных свойствах	Текущий контроль.	Рассказ о луке и чесноке. Рисование по теме
4 неделя	23		Лекарственные	презентации		Знакомство с	Текущий	

2 неделя марта	25		Подвижные игры	прогулка
3 неделя марта	26		Подвижные игры	прогулка
4 неделя марта	27		Подвижные игры	прогулка
1 неделя апреля	28		Подвижные игры	прогулка
2 неделя апреля	29		Подвижные игры	занятие прогулка
3 неделя апреля	30		Мои любимые игры	прогулка
4 неделя апреля	31		Мои любимые игры	прогулка
1 неделя мая	32		Мои любимые игры	прогулка
2 неделя мая	33		Мои любимые игры	прогулка

- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество; ○ слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Применять свои навыки в игре	Текущий контроль	Игры «Бег с флажками», «Кто быстрее»
Применять свои навыки в игре	Текущий контроль.	Игры «Салки с мячом», «Пингвины»
Применять свои навыки в игре	Текущий контроль.	Эстафеты
Применять свои навыки в игре	Текущий контроль.	Игра «Метко в цель», эстафеты с мячом
Применять свои навыки в игре	Текущий контроль.	Игры «Третий лишний», «Волк во рву»
Применять свои навыки в игре	Текущий контроль.	Представление любимой игры
Применять свои навыки в игре	Текущий контроль.	Игры по выбору
Применять свои навыки в игре	Текущий контроль.	Игры по выбору
Применять свои навыки в игре	Текущий контроль	Игры по выбору

3 неделя мая	34		Мои любимые игры	прогулка		Применять свои навыки в игре	Текущий контроль Игры по выбору

Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
1	Вводное занятие. Путешествие по стране Здоровья.			
2	Подвижные игры			
3	Подвижные игры			
4	Подвижные игры			
5	Подвижные игры			
6	Подвижные игры			
7	Подвижные игры			
8	Игры на свежем воздухе.			
9	Игры на свежем воздухе.			
10	Школа здорового питания			
11	Что едят на завтрак ,обед и ужин			
12	Хлеб-всему голова			
13	Хлебное разнообразие			
14	Овощи и фрукты-витаминные продукты			
15	Помоги себе сам			
16	Осанка-стройная фигура			
17	Упражнения для снятия усталости в спине			
18	Чихали мы на простуду			
19	Режим дня			
20	Режим дня			
21	Овощи-как лекарство			
22	Лук и чеснок			
23	Лекарственные травы			
24	Вкусные лекарства			
25	Подвижные игры			
26	Подвижные игры			
27	Подвижные игры			
28	Подвижные игры			
29	Подвижные игры			
30	Мои любимые игры			

31	Мои любимые игры			
32	Мои любимые игры			
33	Мои любимые игры			
34	Мои любимые игры			

Пропнуеровано, пронумеровано и скреплено

печатью 2 (два) листа

18 (восемнадцать) листов

_____ в рабочей

программе.

Директор ГБОУ гимназия № 49

Ф.Ф. Сёмочкина