

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 15»

<b>«Рассмотрено»</b> На методическом объединении учителей С.И. Селиванова МБОУ СОШ № 15 Протокол № 4 от «_31_» мая 2022_г.	<b>«Согласовано»</b> Заместителем директора МБОУ СОШ № 15 Е.В. Неудахиной «_31_» мая 2022_г.	<b>«Принято»</b> Педагогическим советом Протокол № 7 «_31_» мая 2022_г.	<b>«Утверждено»</b> Директор МБОУ СОШ № 15 /А.Е. Постников/ Приказ № 169 от «_31_» мая 2022_г. ____
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по внеурочной деятельности**  
**для «\_4а\_» класса**  
на 2022\_\_ - 2023\_\_ учебный год  
начальное общее образование  
Крепыш  
сроки реализации программы – 1 год

Рабочая программа составлена на основе примерной программы:  
(если есть примерная авторская программа)

Составитель: Никифоров Максим Валерьевич  
учитель физической культуры

Бийск - 2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Крепыш» для 4 класса разработана в соответствии с примерными требованиями к программам дополнительного образования детей. Имеет направленность на физическое воспитание младших школьников.

Единицей учебного процесса является кружок. Для проверки знаний учащихся, а также навыков работы на компьютере используются различные формы контроля: обсуждение в группе, индивидуальная работа, творческий проект.

Формы учебных занятий: беседы, рассказы, викторины, выполнение упражнений, подвижные и спортивные игры, эстафеты, просмотр фильмов, моделирование ситуации.

При реализации программы используется следующая литература Зимние подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2017; Подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2017.

Рабочая программа рассчитана на 34 часов, реализуется в течение 34 учебных недель (1 час в неделю).

### Планируемые результаты

Воспитание у ребёнка установки на здоровый образ жизни является основным фактором, формирующим здоровье

учащегося, в который входят следующие составляющие: питание, физическая активность, отношение к вредным привычкам, психологический микроклимат, ответственность за сохранение собственного здоровья.

Здоровье, в свою очередь, является основным фактором, определяющим эффективность обучения. Только здоровый ребёнок способен успешно и в полной мере овладеть школьной программой. Нарушение здоровья приводит к трудностям в обучении.

Воспитательные результаты распределяются по трём уровням.

**Первый уровень результатов** - приобретение обучающимися знаний (о пользе физической культуры) первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

**Второй уровень результатов** - получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к своему здоровью, а также социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, образовательного учреждения, т. е. в защищенной, дружественной среде, в которой ребенок получает первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить.

**Третий уровень результатов** - получение обучающимся начального опыта самостоятельного общественного действия, формирование у младшего школьника социально приемлемых моделей поведения. Только в самостоятельном общественном действии человек действительно становится гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных социальных субъектов за пределами образовательного учреждения .

*С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают воспитательные эффекты:*

- на первом уровне воспитание приближено к обучению, при этом предметом воспитания как учения являются не столько научные знания, сколько знания о ценностях;
- на втором уровне воспитание осуществляется в контексте жизнедеятельности школьников, и ценности могут усваиваться ими в форме отдельных поступков;
- на третьем уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в ориентированной социально значимой деятельности и приобретения ими элементов опыта поведения и жизни.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постепенным, это необходимо учитывать при организации воспитания, социализации младших школьников.

В первом классе дети особенно восприимчивы к новому социальному знанию, стремятся понять новую для них школьную реальность. Задача педагога поддерживать эту тенденцию, способствовать используемыми им воспитательными формами достижению ребенком первого уровня результатов.

Во втором и третьем классе, как правило, набирает силу процесс развития детского коллектива, резко активизируется межличностное взаимодействие младших школьников друг с другом, что создает благоприятную ситуацию для достижения второго уровня воспитательных результатов. К четвертому классу у младшего школьника появляется реальная возможность выхода в пространство общественного действия, то есть достижение третьего уровня воспитательных результатов.

Достижение трех уровней воспитательных результатов обеспечивает появление значимых *эффектов* в физическом развитии и воспитании обучающихся - формирование основ российской идентичности, присвоение базовых национальных ценностей, развитие нравственного самосознания, укрепление духовного и социально-психологического здоровья, позитивного отношения к жизни, доверия к людям и обществу и т.д.

***В ходе изучения основных разделов программы кружка к концу 1-го класса ученики научатся:***

1. Составлять режим дня;  
соблюдать гигиену зубов, ротовой полости, кожи;  
управлять своими эмоциями;  
включать в свой рацион питания полезные продукты;
2. Соблюдать правила дорожного движения во время перехода дорог;  
соблюдать правила пользования общественным транспортом;  
соблюдать правила пожарной безопасности;  
соблюдать правила техники безопасности в быту, в природе.

***Уметь:***

1. Выполнять упражнения для профилактики простудных заболеваний, сколиоза, плоскостопия;
2. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

## **Формирование универсальных учебных действий**

**Личностные:**

ориентация в содержании собственных поступков, так и поступков окружающих людей;  
знание основных норм в физическом воспитании и ориентация на их выполнение;  
развитие физических качеств: выносливость, сила, ловкость

**Метапредметные:**

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;
- установление причинно-следственных связей;

**Регулятивные:**

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений 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, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;

### **Коммуникативные:**

адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой коммуникации;

допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

формулировать собственное мнение и позицию;

договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### Раздел «Секреты здоровья» (8 часов)

Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика. Первая медицинская помощь при кровотечении. Первая медицинская помощь при ушибах, сотрясении мозга, попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Оказание первой помощи при ожогах и обморожении. Оказание первой помощи при отравлениях. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата (при травме кисти рук, бедра, колена). Проект по теме «Секреты здоровья».

### Раздел «Попрыгать, поиграть» (14 часов)

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

### Раздел «Профилактика детского травматизма (12 часов)

Правила дорожного движения. Что я расскажу младшему брату о пожаре? Опасная ситуация.

Правила пожарной безопасности. Меры пожарной безопасности при обращении с предметами бытовой химии. Отравляющие ядовитые газы.

Правила поведения в быту. Безопасное поведение в быту.

Правила поведения в природе. Правила техники безопасности для туриста. Средства и способы спасения утопающих. Поведение во время наводнения, штормового предупреждения.

### **Учебно- тематическое планирование**

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Раздел «Секреты здоровья»	8
2	Раздел «Попрыгать, поиграть»	14
3	Раздел «Профилактика детского травматизма	12
	<b>Итого</b>	<b>34 ч</b>

## **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№ п/п</b>	<b>№ урока по теме</b>	<b>Наименование разделов и тем</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Формы внеурочной деятельности</b>	<b>дата</b>	
					<b>План</b>	<b>Факт</b>
<b>Раздел №1 «Секреты здоровья» 8 ч</b>						
1	1	Вредные привычки, их влияние на	1	беседа		

		здоровье. Профилактика.				
2	2	Первая медицинская помощь при кровотечениях.	1	беседа		
3	3	Первая медицинская помощь при ушибах, сотрясении мозга, попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.	1	беседа		
4	4	Оказание первой помощи при ожогах и обморожении. Оказание первой помощи при отравлениях.	1	беседа		
5	5	Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата (при травме кисти рук, бедра, колена).	1	беседа		
6	6	Проект по теме «Секреты здоровья».	1	практическая работа		
7	7	Проект по теме «Секреты здоровья».	1	практическая работа		
8	8	Проект по теме «Секреты здоровья».	1	практическая работа		

**Раздел №2 «Попрыгать, поиграть» 14 ч**

9	1	Подвижные игры.	1	игра		
10	2	Подвижные игры.	1	игра		
11	3	Подвижные игры.	1	игра		
12	4	Подвижные игры.	1	игра		
13	5	Спортивные игры и эстафеты.	1	игра		
14	6	Спортивные игры и эстафеты.	1	игра		
15	7	Спортивные игры и эстафеты.	1	игра		
16	8	Спортивные игры и эстафеты.	1	игра		
17	9	Игры разных народов.	1	игра		
18	10	Игры разных народов.	1	игра		
19	11	Игры разных народов.	1	игра		
20	12	Игры разных народов.	1	игра		
21	13	Игры разных народов.	1	игра		
22	14	Игры разных народов.	1	игра		

**Раздел №3 «Профилактика детского травматизма» 13 ч**

23	1	Правила дорожного движения.	1	рассказ		
24	2	Правила дорожного движения.		игра		
25	3	Что я расскажу младшему брату о пожаре?	1	беседа		
26	4	Опасная ситуация. Правила пожарной безопасности.	1	игра		
27	5	Меры пожарной безопасности при обращении с предметами бытовой химии.	1	презентация		
28	6	Отравляющие ядовитые газы.	1	рассказ		
29	7	Правила поведения в быту. Безопасное поведение в быту.	1	экскурсия		
30	8	Правила поведения в природе.	1	презентация		
31	9	Правила поведения в природе.	1	игра		
32	10	Правила техники безопасности для туриста.	1	рассказ		
33	11	Средства и способы спасения утопающих.	1	беседа		
34	12	Поведение во время наводнения,	1	презентация		

		штормового предупреждения.				
--	--	----------------------------	--	--	--	--