

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №2»  
городского округа Судак**

| <b>Рассмотрено</b>                            | <b>Согласовано</b>       | <b>Утверждаю</b>       |
|---|--------------------------|------------------------|
| <b>Школьным методическим<br/>объединением</b> | Заместитель директора по | Директор школы         |
| Руководитель ШМО<br>_____ Шарлай Н.В.         | УВР _____ Яцкова С.В.    | _____ Шишкина Н.В.     |
| Протокол № _____ от<br>« _____ » _____ 2016г. | « _____ » _____ 2016г.   | « _____ » _____ 2016г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
курса «Планета Здоровья»  
для 3-г класса  
Направление развития личности – спортивно-оздоровительное**

Всего часов на учебный год – 34 ч

Количество часов в неделю – 1 ч

Составлена в соответствии с программой «Педагогика здоровья» Касаткина В. Н.

Учитель  
Боброва Татьяна Владимировна  
Категория –  
Стаж работы – 22 года

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ( 34 часа, из них 1 час резервного времени)

Программа внеурочной деятельности « Планета Здоровья» разработана на основании нормативных и методических документов, регламентирующих деятельность ОУ:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ № 2357 от 22.09.2011 г. «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 12.07.2013 г. № 09-879 «О направлении рекомендаций по формированию перечня мер и мероприятий по реализации Программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательной школе»;
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- Основная образовательная программа НОО МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 2» городского округа Судак;
- Правила внутреннего распорядка МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 2» городского округа Судак, с учетом требований ФГОС НОО;
- Положение о внеурочной деятельности МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 2» городского округа Судак.
- программа «Педагогика здоровья» Касаткина В. Н.

### Планируемые результаты изучения учебного курса

#### *Личностные УУД:*

- **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.

#### *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.
- 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 (учебных успехов).

#### *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).

- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, 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 (в приложении представлены варианты проведения уроков).

#### **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.

#### **В результате усвоения программы учащиеся должны уметь:**

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.

#### **Учащиеся должны знать:**

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

### **Содержание программы.**

#### **Тема 1. Как воспитывать уверенность и бесстрашие. (1 час)**

Беседа по теме «Как воспитывать уверенность и бесстрашие.» Работа по стихотворению Э Успенского «Академик Иванов». Анализ ситуации по стихотворению И. Токмаковой «Не буду бояться». Игра «Давайте разберемся», практическое занятие.

#### **Тема 2. Учимся думать. (1 час)**

Беседа по теме занятия. Заучивание слов. Игра «Почему это произошло?». Беседа «Свое мнение».

#### **Тема 3. Спешу делать добро. (1 час)**

Игра «Продолжи сказку». Беседа по теме. Заучивание пословицы. Игра в пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность».

**Тема 4.** *Поможет ли нам обман. (1 час)*

Беседа «Что такое ложь?». Игра «Продолжите рассказы». Творческая работа.

**Тема 5.** *«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках. (1 час)*

Чтение рассказа Л. Н. Толстого «Косточка». Беседа по прочитанному. Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.

**Тема 6.** *Надо ли прислушиваться к советам родителей. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуаций на примере стихотворения С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать». Творческая работа «Портрет родителей». Пожелание себе. Чтение и обсуждение отрывка из рассказа Е. Чарушина «Курочка».

**Тема 7.** *Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ рассказа М. Горького «Воробышек». Оздоровительная минутка. Игра «Почему нам запрещают?».

**Тема 8.** *Все ли желания выполнимы. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворениях «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка - рёвушка. Толкование пословиц и крылатых выражений».

**Тема 9.** *Как воспитать в себе сдержанность. (1 час)*

Беседа «Что такое каприз?». Игра «Проверь себя». Оздоровительная минутка. Работа с толковым словарем. Толкование пословиц.

**Тема 10.** *Как отучить себя от вредных привычек. (1 час)*

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!». Беседа по теме «Вредные привычки». Составление памятки «Это полезно знать!». Повторение основного девиза. Работа со стихотворением Г. Остера «Нет приятнее заняться...». Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия.

**Тема 11.** *Я принимаю подарок. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Закончите предложение». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если ты пришел на елку...» и Н. Носова «Письмо Незнайки». Составление памятки «Это полезно помнить!». Игра «Подбери слова благодарности».

**Тема 12.** *Я дарю подарок. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуации из песни Э Успенского «У нашей мамы праздник» и стихотворении Г. Остера «Если друг на день рождения...». Ввод понятия «эмоция» и его происхождение. Игра «Выбери ответ». Составление памятки «Это полезно знать!».

**Тема 13.** *Наказание. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворении Э Мошковской «Я ушел в свою обиду». Творческая работа.

**Тема 14.** *Одежда. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Кто больше знает?». Игра «Закончи фразу». Толкование пословицы. Игра «Найди правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Э Мошковской «Смотрите, в каком я платье!». Обсуждение высказывания А. П. Чехова.

**Тема 15.** *Ответственное поведение. (1 час)*

Беседа по теме. Игра «Закончите высказывание». Составление памятки «Правила поведения с незнакомыми людьми». Чтение стихов «Азбука безопасности». Анализ ситуации по отрывку из рассказа А. Раскина «Как папа опаздывал».

**Тема 16.** *Боль. (1 час)*

Разгадывание кроссворда. Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении О. Дриза «Шип в мою ладонь впился...». Игра «Закончите фразу».

**Тема 17.** *Сервировка стола. (1 час)*

Беседа по теме. Разгадывание кроссворда. Работа над правильным правописанием и произношением слова «аппетит». Беседа «Как правильно накрыть стол». Практическая работа по этой теме. Беседа «Мы идем в кафе».

**Тема 18.** *Правила поведения за столом. (1 час)*

Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении З. Александровой «Ложкою мешая, сердится Танюшка...» Работа над правилами поведения за столом. Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «От знакомых уходя...»

**Тема 19.** *Ты идешь в гости . (1час)*

Анализ ситуаций. Беседа по теме. Составление приглашений. Составление памятки «В гости надо приходиться...»

**Тема 20.** *Как вести себя в транспорте и на улице. (1час)*

Беседа по теме. Составление памятки «О правилах поведения в транспорте, на улице». Чтение стихотворений «Азбука поведения». Игра «Выбери правильный ответ».

**Тема 21.** *Как вести себя в театре, кино, школе. (1час)*

Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении А. Барто «В театре». Игра «Найди правильный ответ». Беседа «Правила поведения в общественных местах, школе, в детском саду, на игровой площадке».

**Тема 22.** *Умеем ли мы вежливо обращаться. (1час)*

Беседа по теме. Игра «Комплимент». Анализ ситуации. Беседа «Умей правильно отказаться от предложения». Чтение стихотворений о «волшебных» словах.

**Тема 23.** *Умеем ли мы разговаривать по телефону. (1час)*

Беседа по теме. Игра «Телефон». Составление памятки «Правила ведения телефонного разговора». Игра «Комплимент».

**Тема 24.** *Помоги себе сам. (1час)*

Анализ ситуации в стихотворении И. Токмаковой «Скоро в школу». Работа с мудрыми мыслями. Беседа по теме. Чтение и анализ стихотворения С. Маршака «Кот и лодыри». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если друг твой самый лучший...» Игра «Закончи предложения».

**Тема 25.** *Умей организовать свой досуг. (1час)*

Беседа по теме. Стихотворный монтаж. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).

**Тема 26.** *Что такое дружба. (1час)*

Беседа по теме. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ». Игра «Хочу быть». Чтение стихотворения П. Синявского «Ветерок с березкой шепчется». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Отец и сыновья».

**Тема 27.** *Кто может считаться настоящим другом. (1час)*

Беседа по теме. Чтение и анализ отрывка из рассказа В. Осеевой «Долг». Игра «Продолжи предложение». Анализ ситуации в стихотворении А. Шалыгина «Настроение упало». Игра «Любит - не любит». Анализ выражения А. Экзюпери «Ты всегда в ответе за тех, кого приручил...»

**Тема 28.** *Как доставить родителям радость. (1час)*

Чтение отрывков из стихотворений детских писателей. Беседа по теме. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих...» Игра «Комплимент».

**Тема 29.** *Если кому -нибудь нужна твоя помощь. (1час)*

Беседа по теме. Игра «Выбери правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Е. Благиной «Наш дедушка». Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек».

**Тема 30.** *Спешите делать добро. (1час)*

Беседа по теме. Толкование пословиц. Игра «Кто больше знает?» Высказывания великих людей о доброте. Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей». Чтение стихотворений о доброте.

**Тема 31.** *Огонек здоровья. (1час)*

Беседа по теме Театральная постановка «Доктор Айболит». Викторина «Будь здоров!» Работа над пословицами о здоровье.

**Тема 32.** *Путешествие в страну здоровья. Культура здорового образа жизни. (часа)*

Игра-путешествие «В страну здоровья». Станция «Мойдодыр» (о личной гигиене). Станция «Неосторожность» (оказание первой помощи при несчастных случаях). Станция «Не болей» (профилактика инфекционных заболеваний). Станция «Опрятность» (уход за одеждой). Станция «Долой грязь» (гигиена жилища) и т. д.

### Резервный урок (1 час)

#### Тематическое планирование

| №                 | Тема занятия  | Кол-во часов |
|-------------------|---|--------------|
| 1                 | Как воспитывать уверенность и бесстрашие.                       | 1            |
| 2                 | Учимся думать.  | 1            |
| 3                 | Спешите делать добро.   | 1            |
| 4                 | Поможет ли нам обман.   | 1            |
| 5                 | «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.                    | 1            |
| 6                 | Надо ли прислушиваться к советам родителей.                     | 1            |
| 7                 | Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.           | 1            |
| 8                 | Все ли желания выполнимы.                                       | 1            |
| 9                 | Как воспитать в себе сдержанность.                              | 1            |
| 10                | Как отучить себя от вредных привычек.                           | 1            |
| 11                | Я принимаю подарок.   | 1            |
| 12                | Я дарю подарки.   | 1            |
| 13                | Наказание.  | 1            |
| 14                | Одежда.   | 1            |
| 15                | Ответственное поведение.  | 1            |
| 16                | Боль.   | 1            |
| 17                | Сервировка стола.   | 1            |
| 18                | Правила поведения за столом.                                    | 1            |
| 19                | Ты идешь в гости.   | 1            |
| 20                | Как вести себя в транспорте и на улице.                         | 1            |
| 21                | Как вести себя в театре , кино, школе.                          | 1            |
| 22                | Умеем ли мы вежливо обращаться.                                 | 1            |
| 23                | Умеем ли мы разговаривать по телефону.                          | 1            |
| 24                | Помоги себе сам.  | 1            |
| 25                | Умей организовать свой досуг.                                   | 1            |
| 26                | Что такое дружба.   | 1            |
| 27                | Кто может считаться настоящим другом.                           | 1            |
| 28                | Как доставить родителям радость.                                | 1            |
| 29                | Если кому-нибудь нужна твоя помощь.                             | 1            |
| 30                | Спешите делать добро.   | 1            |
| 31                | Огонек здоровья.  | 1            |
| 32                | Путешествие в страну здоровья. Культура здорового образа жизни. | 2            |
| 33                |   |              |
| 34 урок резервный |   |              |

#### Календарно-тематическое планирование

| № | Тема занятия                              | Дата по плану | Дата фактически |
|---|---|---------------|-----------------|
| 1 | Как воспитывать уверенность и бесстрашие. | 05/06         |                 |
| 2 | Учимся думать.                            | 15/09         |                 |
| 3 | Спешите делать добро.                     | 22/09         |                 |
| 4 | Поможет ли нам обман.                     | 29/09         |                 |

|                          |   |        |  |
|--------------------------|---|--------|--|
| 5                        | «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.                    | 06/10  |  |
| 6                        | Надо ли прислушиваться к советам родителей.                     | 13/10  |  |
| 7                        | Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.           | 20/10  |  |
| 8                        | Все ли желания выполнимы.                                       | 27/10  |  |
| 9                        | Как воспитать в себе сдержанность.                              | 10/11  |  |
| 10                       | Как отучить себя от вредных привычек.                           | 17/11  |  |
| 11                       | Я принимаю подарок.   | 24/11  |  |
| 12                       | Я дарю подарки.   | 01/12  |  |
| 13                       | Наказание.  | 08/12  |  |
| 14                       | Одежда.   | 15/12  |  |
| 15                       | Ответственное поведение.  | 22/12  |  |
| 16                       | Боль.   | 12//01 |  |
| 17                       | Сервировка стола.   | 19/01  |  |
| 18                       | Правила поведения за столом.                                    | 26/01  |  |
| 19                       | Ты идешь в гости.   | 02/02  |  |
| 20                       | Как вести себя в транспорте и на улице.                         | 09/02  |  |
| 21                       | Как вести себя в театре , кино, школе.                          | 16/02  |  |
| 22                       | Умеем ли мы вежливо обращаться.                                 | 02/03  |  |
| 23                       | Умеем ли мы разговаривать по телефону.                          | 09/03  |  |
| 24                       | Помоги себе сам.  | 16/03  |  |
| 25                       | Умей организовать свой досуг.                                   | 23/03  |  |
| 26                       | Что такое дружба.   | 06/04  |  |
| 27                       | Кто может считаться настоящим другом.                           | 13/04  |  |
| 28                       | Как доставить родителям радость.                                | 20/04  |  |
| 29                       | Если кому-нибудь нужна твоя помощь.                             | 27/04  |  |
| 30                       | Спешите делать добро.   | 04/05  |  |
| 31                       | Огонек здоровья.  | 11/05  |  |
| 32                       | Путешествие в страну здоровья. Культура здорового образа жизни. | 18/05  |  |
| 33                       |   | 25/05  |  |
| <b>34 урок резервный</b> |   |        |  |