

1. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Румяные щёчки.» разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённым приказом Минобрнауки России от 6.10. 2009 г № 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования".
- Приказами Министерства образования и науки Российской Федерации «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования» от 26.11. 2010 г. N 1241, от 22.09. 2011 г. № 2357, от 18.12.2012 N 1060, от 29.12.2014 N 1643, от 18.05.2015 N 507.

На основании:

- Основной образовательной программы начального общего образования МАОУ «Гимназия № 1».
- Положения о рабочей программе курса внеурочной деятельности МАОУ «Гимназия № 1».
- **Направление программы:** спортивно - оздоровительное
- Программа предназначена для учащихся 1 класса.

Программа курса внеурочной деятельности «Румяные щёчки» разработана на основе требований к результатам освоения ООП НОО с учетом программ, входящих в её структуру и Программы развития УУД.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Румяные щёчки» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Программа направлена на формирование культуры здоровья обучающихся и способствует познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа 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.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Румяные щёчки» 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 учащихся в дальнейшем.

Таким образом, программа «Румяные щёчки» является одним из механизмов реализации Программы развития УУД, обеспечивающим развитие всех групп метапредметных УУД и вносящим вклад в достижение личностных результатов.

Курс реализуется в течение учебного года 1 раз в неделю в количестве 34 часов.

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Программа обеспечивает формирование следующих:

личностных результатов:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

метапредметных результатов:

- планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планировать общую цели и пути её достижения;
- распределять функции и роли в совместной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты;
- осуществлять взаимный контроль;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра и вносить необходимые коррективы;
- принимать и сохранять учебную задачу;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.
- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- 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;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

предметных результатов:

- формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- расширение знаний детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;
- формирование умения оценить себя (своё состояние, поступки) и других людей;

- формирование представления об особенностях своего организма, характера, навыках управления своим поведением, эмоциональным состоянием;
- развитие коммуникативных навыков (умение строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);
- формирование умения противостоять негативному давлению со стороны окружающих;
- пробуждение у детей интереса к различным видам полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении, получении новых знаний;
- просвещение родителей в вопросах развития у детей представлений о здоровом образе жизни, предупреждение вредных привычек.

3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Содержание	Формы организации	Виды деятельности
Осенний день. Осенние подарки – 6 ч.		
Коля Веснушкин и его молодая бабушка Сказка о Мятном королевстве Десять братьев Сказка о ложке, ноже и вилке Заячья дорожка	Весёлые стихи, забавные сказки, рассказы, загадки и считалки. Эстафеты на свежем воздухе, комплексы зарядок.	Знакомятся с героями учебника Учатся составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; Знакомятся с физическими упражнениями для развития физических навыков Знакомятся с понятием «Здоровый образ жизни» Разговаривают о правильном питании Рассматривают роль закаливания на организм человека. Обыгрывают правила этикета за столом Рассматривают: особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника; особенности воздействия двигательной активности на

		организм человека.
Зимний день. Зимние подарки – 13 ч.		
Зимний день Манная каша с бородой (сказка-дразнилка) Зимние игры Рассказ дяди Васи Снеговик Сказка о трёх друзьях (сон Коли Веснушкина) Мороз и огонёк Учимся кататься на коньках Хоккей Учимся играть в шахматы Приключения пешки	игры беседы тесты и анкетирование круглые столы просмотр тематических фильмов решение ситуационных задач задач	Делают выводы о пользе лыжной прогулки, прогулки на свежем воздухе; Знакомятся со способами использования средств профилактики ОРЗ, ОРВИ Определяют благоприятные факторы воздействующие на здоровье; Учатся заботиться о своем здоровье; Знакомятся с подвижными игры, изучают правила игры, принимают участие в игре, соблюдая правила. Знакомятся с историей происхождения зимних игр, зимних видов спорта.
Весенний день. Весенние подарки – 6 ч.		
Подарки весны Мы сажаем цветы Учимся кататься на велосипеде Страна кувыркания Сказка о бумажном кораблике	игры беседы просмотр тематических фильмов круглые столы конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок решение ситуационных задач театрализованные представления,	Ведут наблюдение за весенними изменениями в природе: - первые вестники весны (перелётные птицы, подснежники) Знакомятся с понятиями «рассада, саженцы.» Вспоминают: правила дорожного движения правила поведения за столом понятия «друг, дружба»
Летний день. Летние подарки – 5 ч.		
Подарок лета Сказка про цаплю и лягушонка На реке	Весёлые стихи, забавные сказки, рассказы, загадки и считалки.	Знакомятся с понятием «гимнастика» Составляют правила поведения на

Прогулка в лес Сказка о непослушном мячике	Эстафеты на свежем воздухе, комплексы зарядок.	Знакомятся с разными стилями плавания. Обсуждают, как избежать солнечного удара Составляют правила поведения в лесу Вспоминают правила дорожного движения
---	--	--

4. Тематическое планирование (34 часа)

№ п/п	Тема	Количество часов
Осенний день. Осенние подарки – 6 ч.		
1	Коля Веснушкин и его молодая бабушка	1
2	Сказка о Мятном королевстве	1
3	Десять братьев	1
4-5	Сказка о ложке, ноже и вилке	2
6	Заячья дорожка	1
Зимний день. Зимние подарки – 13 ч.		
7	Зимний день	1
8-9	Манная каша с бородой (сказка-дразнилка)	2
10	Зимние игры	1
11	Рассказ дяди Васи	1
12	Снеговик	1
13-14	Сказка о трёх друзьях (сон Коли Веснушкина)	2
15	Мороз и огонёк	1
16	Учимся кататься на коньках	1
17	Хоккей	1
18	Учимся играть в шахматы	1
19	Приключения пешки	1
Весенний день. Весенние подарки – 6 ч.		
20-21	Подарки весны	2

22	Мы сажаем цветы	1
23	Учимся кататься на велосипеде	1
24	Страна кувыркания	1
25	Сказка о бумажном кораблике	1
Летний день. Летние подарки – 5 ч.		
26	Подарок лета	1
27	Сказка про цаплю и лягушонка	1
28	На реке	1
29	Прогулка в лес	1
30	Сказка о непослушном мячике	1

5. Формы подведения итогов реализации программы

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Румяные щёчки», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Социально одобряемая модель поведения может быть выработана только в результате вовлечения учащихся в здоровьесберегающие практики. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, КВНы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

Критерии оценки знаний, умений и навыков.

Низкий уровень: удовлетворительное владение теоретической информацией по темам курса, умение пользоваться литературой при подготовке сообщений, участие в организации выставок, элементарные представления об исследовательской деятельности, пассивное участие в семинарах.

Средний уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по курсу, умение систематизировать и подбирать необходимую литературу, проводить исследования и опросы, иметь представление о учебно-исследовательской деятельности, участие в конкурсах, выставках, организации и проведении мероприятий.

Высокий уровень: свободное владение теоретической информацией по курсу, умение анализировать литературные источники и данные исследований и опросов, выявлять причины, подбирать методы исследования, проводить учебно-исследовательскую деятельность, активно принимать участие в мероприятиях, конкурсах, применять полученную информацию на практике.

6. Список рекомендуемой литературы

1. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного. Учебно-методический комплект для начальной школы. – М.: Вентана-Граф, 2002.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Учебно-методический комплект «Разговор о правильном питании». – М.: Олма-Пресс, 1999–2003.
3. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Учебно-методический комплект «Две недели в лагере здоровья». – М.: Олма-Пресс, 2002.
4. Журавлева О.В., Зуева С.П., Нижегородова М.Н. Программа «Путешествие во времени» (методические рекомендации по курсу профилактических занятий для подростков). – М., 2000.
5. Здоровье. Учебно-методическое пособие для учителей 1–11 классов / Под ред. В.Н. Касаткина, Л.А. Щеплягиной. – М., 2001.

6. Кобякова Т.Г., Смердов О.А. Первичная профилактика наркозависимости: концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения. – М., 2002.
 7. Латышев Г.В., Орлова М.В., Яцышин С.М., Титова О.А., Речнев Д.О. Руководство по работе с подростками «Смотри по жизни вперед». – СПб.: АПКиПРО, 2001.
 8. Макеева А.Г. Все цвета, кроме черного. Учебно-методический комплект для 7–11 классов. – М.: Просвещение, 2004.
 9. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Учебно-методический комплект «Волшебные уроки в стране Здоровье». – СПб., Образование и культура, 1999.
 10. Макеева А.Г. Учебно-методический комплект «Не допустить беды». – М.: Просвещение, 2003.
 11. Подростковая наркомания. Комплект наглядно-методических пособий. – М.: Центр Планетариум, 2002.
 12. Прокофьев С.Л. и др. Румяные щёчки. – М.: Физкультура и спорт, 1988
- Серия «Работающие программы». Составители серии Чечельницкая С.М., Родионов В.А.
– М., 2000.