

Приложение  
к плану внеурочной деятельности на уровне начального общего образования, утвержденного  
приказом № 284-од от 31.08.2020г.

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа  
«Кудровский центр образования № 1»**

**Рабочая программа курса  
внеурочной деятельности  
«Путешествие по тропинке здоровья»**

2020-2021 учебный год

1 класс

Составила:

Короткова Елена Владимировна,

учитель начальных классов

г. Кудрово  
2020

## **Планируемые результаты**

После окончания курса учащиеся должны

### **Знать:**

- гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде;
- основы здорового образа жизни;

### **Уметь:**

- играть в подвижные игры для развития выносливости, быстроты.
- соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;

### **Личностные результаты:**

- видеть важность в здоровом образе жизни;
- бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих;
- искать свою позицию в многообразии культурных, спортивных, оздоровительных предпочтений;
- осуществлять добрые дела полезные другим людям.

### **Метапредметные результаты:**

#### **1. Регулятивные УУД:**

- определять цель деятельности с помощью учителя;
- составлять план выполняемой задачи совместно с учителем;
- использовать дополнительные средства получения информации;
- уметь оценивать себя.

#### **2. Познавательные УУД:**

- уметь перерабатывать полученную информацию;
- выбирать наиболее удобную для себя форму получения информации;
- осуществлять поиск информации

#### **3. Коммуникативные УУД:**

- доносить свою позицию в отношении здорового образа жизни до других;
- понимать позиции других.

**Предполагаемый результат:** Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник начальной школы.

## **Содержание программы:**

### **Беседы по профилактике здорового образа жизни – 6ч.:**

«Поведение в школе, ознакомление с опасными местами в здании школы и вокруг него», «Твой режим дня», «Сменная обувь. Зачем она?», «Учимся не болеть», «Полезь и вред воды», «Кто сколько жуёт – тот столько живёт».

### **Динамические прогулки и игры – 2ч.**

**Тематическое планирование  
8 часов**

<b>№ п/п</b>	<b>Форма работы</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во час</b>
1	Беседа, экскурсия по школе и прилегающей к ней территории.	«Поведение в школе, ознакомление с опасными местами в здании школы и вокруг нее».	1
2	Беседа	«Твой режим дня»	1
3	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр «Паровозик», «Увернись от мяча»	1
4	Беседа	«О гигиене. Польза и вред воды»	1
5	Беседа	«Сменная обувь. Зачем она?»	1
6	Беседа. Час здоровья.	«Учимся не болеть»	1
7	Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе.	Разучивание подвижных игр. «Первые снежки», «Вороны и воробьи»	1
8	Беседа	«Кто сколько жует – тот столько живет»	1