

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 52
(МАОУ СОШ № 52)**
620024, г. Екатеринбург, ул. Бисертская 30, тел.(факс) 2556787, 873105@mail.ru

Приложение №8 к образовательной программе начального общего образования



Утверждено
приказ № 339 от 12 октября 2023г.
директор МАОУ СОШ № 52
/Ю.А. Барашкина

Рабочая программа
начального общего образования (ФГОС НОО)
предмет «Здорово быть здоровым»
для учащихся 1 – 4 классов

Екатеринбург, 2023

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета	4
3. Тематическое планирование с указанием содержания и конкретизацией предметных результатов	8

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Здорово быть здоровым» разработана на уровень начального общего образования для 1 классов МАОУ СОШ № 52 на основе Образовательной программы начального общего образования МАОУ СОШ № 52.

Цель изучения курса: формирование культуры безопасной жизнедеятельности, навыков ведения здорового образа жизни и принципов здоровьесбережения.

Задачи изучения курса:

- формирование способности формулировать и формировать навыки здоровьесбережения;
- понимание необходимости соблюдения правил режима дня и личной гигиены, сохранения своего здоровья как общественную и индивидуальную ценность;
- освоение знаний о способах преодоления трудностей переходного возраста, выстраивания взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, правильном рационе питания;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение самооценки (уверенности в себе);
- воспитание положительного отношения к ведению активного образа жизни и знакомство с возможностями нашего города для занятий спортом.

Вклад курса «Здорово быть здоровым» в общее образование состоит в том, что у обучающихся будут сформированы навыки, направленные на анализ своей деятельности и управление ею.

На освоение программы в учебном плане МБОУ СОШ №52 отводится 140 часов.

классы	1
Количество часов в неделю	1
Количество учебных недель	17
Итого	17

Для реализации целей и задач программы в образовательном процессе приоритетны следующие современные образовательные технологии: разноуровневое обучение, игровой метод, обучение в сотрудничестве, информационно - коммуникационные технологии, здоровьесберегающие технологии, метод проекта.

Предпочтительными организационными формами образовательной деятельности будут являться: интерактивные лекции, практические занятия, решение ситуативных задач, физкультурно-оздоровительные мероприятия, тренинги, самостоятельные занятия физическими упражнениями, анализ результатов подготовки.

Для оценивания результатов образовательной деятельности применяется зачётная система оценивания.

Для реализации программы используются учебные пособия «Здорово быть здоровым» 1-4 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций /; Р.Ш. Мошнина, А.В. Погожева. Выполнение домашних заданий обучающимися предполагает творческий характер и не связано с использованием учебного пособия.

2. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

В результате изучения курса у обучающихся будут сформированы личностные, предметные и метапредметные результаты.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения курса «Здорово быть здоровым». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере здорового образа жизни, умения использовать ценности здоровьесбережения для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в сохранении здоровья.

Личностные результаты должны отражать:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения предмета «Здорово быть здоровым», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

Метапредметные результаты должны отражать:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ-компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой деятельности, который приобретает и закрепляется в процессе освоения предмета «Здорово быть здоровым». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной, интеллектуальной и социальной

деятельности, умениях творчески их применять при решении ежедневных задач, связанных с организацией и проведением занятий, направленных на формирование культуры здоровьесбережения.

Предметные результаты должны отражать:

- 1) воспитание ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- 2) формирование культуры поведения в окружающей среде, т.е. гигиенической и генетической грамотности;
- 3) овладение умениями соблюдать гигиенические нормы и правила здорового образа жизни;
- 4) формирование умения оценивать последствия своей деятельности по отношению к здоровью других людей и собственному организму;
- 5) знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте ведения физически активного образа жизни в организации здорового образа жизни;
- 6) способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность;
- 7) способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- 8) способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями;
- 9) солнечно-земные связи как отражение общих связей в природе.

**3. Тематическое планирование с указанием содержания и конкретизацией предметных результатов
1 класс**

№	Название раздела	Кол-во часов	Содержание	Предметные результаты
1	Как сохранить здоровье?	5	Физическая активность, личная гигиена, режим дня, закаливание и правильное питание.	<ul style="list-style-type: none"> • воспитание ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих; • формирование умения оценивать последствия своей деятельности по отношению к здоровью других людей и собственному организму; • солнечно-земные связи как отражение общих связей в природе.
2	Движение – это жизнь.	6	Развиваем свои способности. Что такое правильное дыхание? Нормы ГТО.	<ul style="list-style-type: none"> • воспитание ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих; • формирование культуры поведения в окружающей среде, т.е. гигиенической грамотности; • овладение умениями соблюдать гигиенические нормы и правила здорового образа жизни; • способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения.
3.	Полезная и здоровая еда.	3	Пирамида здорового питания. Режим питания. Каждому нужен обед и ужин. Готовим вместе с родителями.	<ul style="list-style-type: none"> • воспитание ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих;

				<ul style="list-style-type: none"> • формирование культуры поведения в окружающей среде, т.е. гигиенической грамотности; • овладение умениями соблюдать гигиенические нормы и правила здорового образа жизни; • формирование умения оценивать последствия своей деятельности по отношению к здоровью других людей и собственному организму; • знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте ведения физически активного образа жизни в организации здорового образа жизни; • солнечно-земные связи как отражение общих связей в природе.
4.	Ты и другие люди.	3	Мы теперь не просто дети, мы теперь ученики. Еще раз про здоровый образ жизни. Ты помогаешь взрослым. Правила для всех. Человек и общество.	<ul style="list-style-type: none"> • овладение умениями соблюдать гигиенические нормы и правила здорового образа жизни; • способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития; • способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями; • солнечно-земные связи как отражение общих связей в природе.

5.	Не только школа	3	Школы бывают разные. Сила ума.	<ul style="list-style-type: none"> • способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями; • способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития.
----	-----------------	---	--------------------------------	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

(приложение Здорово быть здоровым. 1 – 4 классы: учеб пособие для общеобразоват. организаций/ Р.Ш. Мошнина, А.В. Погожева; под ред. Г.Г. Онищенко. – М.: Просвещение, 2019. – 143с.)

№ урока	Наименование разделов курса и тем уроков	Кол – во часов
Как сохранить здоровье? (5ч.)		
1.	Мои помощники.	1
2.	Здоровый образ жизни.	1
3.	Что такое режим дня?	1
4.	Во сне и наяву.	1
5.	Правила безопасности в быту.	1
Движение – это жизнь. (6 часов)		
6.	Комплекс упражнений утренней гимнастики. Физкультминутка.	1
7.	Твоя осанка. Опора и движение.	1
8.	Спортивные секции.	1
9.	Мама, папа, я – спортивная семья.	1
10.	Что такое правильное дыхание? Что такое закаливание?	1
11.	Физкультура в школе. ГТО	1
Полезная и здоровая еда (3 часов)		

11.	Как еда путешествует по нашему организму.	1
12.	«Стройматериалы» для организма. Режим питания.	1
13.	Пирамида здорового питания. Готовим вместе с родителями.	1
Ты и другие люди (3 часов)		
14.	Мы теперь не просто дети, мы теперь ученики. Правила для всех.	1
15.	Еще раз про здоровый образ жизни.	2
16.	Ты помогаешь взрослым. Наши друзья и не только.	1
Всего часов: 17.		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 524816045673059869957481658416670580425006721502

Владелец Барашкина Юлия Александровна

Действителен с 03.05.2023 по 02.05.2024