**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение Средняя общеобразовательная школа № 1**

**пгт Серышево имени Сергея Бондарева (филиал ООШ с Поляна)**

|  |  |
| --- | --- |
| РАССМОТРЕНА на заседании МС учителей ООШ с. ПолянаПротокол № \_\_\_\_ от «30» августа 2021 г.Руководитель МС \_\_\_\_\_\_\_\_\_/Л.Н. Негода/ | УТВЕРЖДЕНАПриказ № 48 от «30» августа 2021 г.Заведующая филиалом ООШ с. Поляна\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Э.Н. Заводевкина |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«МИР СПОРТА»**

**ДЛЯ 2 КЛАССА**

**НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД**

 Срок реализации программы : 1 год

 Учитель: Черноморцева Екатерина Сергеевна

с. Поляна

2021

**Пояснительная записка**

**Нормативно-правовые документы**

Данная рабочая программа составлена на основе:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ, в действующей редакции.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного начального общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта основного начального общего образования № 1897 (в редакции от 29.12.2014 г. № 1644).

3. Учебный план МАОУ СОШ №1 пгт Серышево имени Сергея Бондарева (филиал ООШ с.Поляна) на 2021-2022 учебный год и Положения о рабочей программе МАОУ СОШ №1 пгт Серышево имени Сергея Бондарева.

4.Оценочный инструментарий (п. 10 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности, утвержденного приказом Минобрнауки от 30.08.2013 № 1015; пункт 9 Федерального закона от 29.12.2010 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и на пункт 10 приказа Минобрнауки от 30.08.2013 № 1015 и Методические рекомендации, направленные письмом Рособрнадзора от 04.08.2017 № 05-375.)

***Цель данного курса****:*обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

**Задачи:**

* сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;

формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;

* обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
* научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
* добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

**Направление программы:**

* *Научности*;в основе которых содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.
* *Доступности*; которых определяет содержание курса в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.
* *Системности*; определяющий взаимосвязь и целостность   содержания, форм и принципов предлагаемого курса.

При этом необходимо выделить*практическую направленность* курса.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

Организация учебных занятий предполагает, что любое  занятие  для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка. Каждое занятие должно стать настоящим уроком «здравотворчества».

**Место курса в учебном плане.**

 Курс является составной частью внеурочной деятельности. Программа рассчитана на 34 ч.

**Планируемые результаты освоения программы**.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

* личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
* метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
* предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению  является формирование следующих умений:

* ***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.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. ***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).

***2. 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.

***3. 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.

**Ожидаемые результаты**

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.

**Методическая литература:**

1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.-2002.-№5.-с.54.
2. Асвинова Т.Ф., Литвиненко Е.И. Программа школьной валеологии - реальный путь первичной профилактики.-2003.
3. Борисюк О.Л. Валеологическое образование.-2002.
4. Валеологизация образовательного процесса. Мет.пособие / Под ред. Н.И.Балакиревой.- Новокузнецк, 1999.

**Календарно-тематическое планирование.**

*2 год обучения  -  (34 часа)*

**«Если хочешь быть здоров»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Всего часов | Теория | Практика | Форма контроля |
| I | Введение. Вот мы и в школе. | 4 | 1 | 3 |  |
| 1.1 | Что мы знаем о ЗОЖ | 1 |  | 1 |  |
| 1.2 | По стране Здоровейке | 1 |  | 1 | презентация |
| 1.3 | В гостях у Мойдодыра | 1 | 1 |  |  |
| 1.4 | Я хозяин своего здоровья | 1 |  | 1 |  |
| II | Питание и здоровье | 5 | 3 | 2 |  |
| 2.1 | Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь. | 1 | 1 |  |  |
| 2.2 | Культура питания. Этикет. | 1 |  | 1 |  |
| 2.3 | Спектакль «Я выбираю кашу» | 1 | 1 |  |  |
| 2.4 | Что даѐт нам море | 1 | 1 |  |  |
| 2.5 | Светофор здорового питания | 1 |  | 1 | викторина |
| III | Моё здоровье в моих руках | 7 | 4 | 3 |  |
| 3.1 | Сон и его значение для здоровья человека | 1 | 1 |  |  |
| 3.2 | Закаливание в домашних условиях | 1 | 1 |  |  |
| 3.3 |  Будьте здоровы | 1 | 1 |  | презентация |
| 3.4 | Иммунитет | 1 |  | 1 |  |
| 3.5 | Беседа. Как сохранять и укреплять свое здоровье‖. | 1 |  | 1 |  |
| 3.6 | Спорт в жизни ребёнка. | 1 | 1 |  |  |
| 3.7 | Слагаемые здоровья | 1 |  | 1 | за круглым столом |
| IV | Я в школе и дома | 6 | 3 | 3 |  |
| 4.1 | Я и мои одноклассники | 1 | 1 |  |  |
| 4.2 | Почему устают глаза? | 1 | 1 |  | презентация |
| 4.3 | Гигиена позвоночника. Сколиоз | 1 |  | 1 |  |
| 4.4 | Шалости и травмы | 1 |  | 1 |  |
| 4.5 | «Я сажусь за уроки» Переутомление и утомление | 1 | 1 |  |  |
| 4.6 | Умники и умницы | 1 |  | 1 | КВН |
| V | Чтоб забыть про докторов | 4 | 1 | 3 |  |
| 5.1 | Закаливание | 1 | 1 |  |  |
| 5.2 | Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков) | 1 |  | 1 | круглый стол |
| 5.3 |  Самый здоровый класс | 1 |  | 1 |  |
| 5.4 | Разговор о правильном питании Вкусные и полезные вкусности | 1 |  | 1 | дискуссия |
| VI | Я и моё ближайшее окружение | 4 | 2 | 2 |  |
| 6.1 | Мир эмоций и чувств. | 1 | 1 |  |  |
| 6.2 | Вредные привычки | 1 | 1 |  |  |
| 6.3 | Веснянка | 1 |  | 1 |  |
| 6.4 | В мире интересного | 1 |  | 1 | презентация |
| VII | Вот и стали мы на год взрослей | 4 | 2 | 2 |  |
| 7.1 | Я и опасность. | 1 | 1 |  |  |
| 7.2 | Чем и как можно отравиться. Красивые грибы | 1 |  | 1 |  |
| 7.3 | Первая помощь при отравлении | 1 | 1 |  |  |
| 7.4 | Наши успехи и достижения | 1 |  | 1 | диагностика |
|  | **Итого:** | **34** | **16** | **18** |  |