

МКОУ Притубинская ООШ № 22

«Рассмотрено» на МС Протокол № _____ от «___» _____ 2023г.	«Согласовано» Заместитель руководителя по УВР МКОУ ООШ № 22 _____/_____/_____ ФИО «___» _____ 2023г.	«Утверждено» Руководитель МКОУ ООШ № 22 _____/_____/_____ ФИО Приказ № _____ от «___» _____ 2023г.
--	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА

Леймана Виталия Васильевича
по внеурочной деятельности 1-4 кл.
«Олимпийские старты»

2022 - 2023 учебный год

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Олимпийские старты»

1 – 4 классы

Рабочая программа составлена на основе авторской программы по внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению для 1-11 классов Е. П. Колганова и др. (Волгоград: Учитель 2013) в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6.10.2009 г. №373).

Программа является комплексной программой формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Актуальность программы

Укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, овладение определенными двигательными действиями, развитие мышления, творчества и самостоятельности, формирование интересов к спорту, потребности в систематических занятиях различными видами спорта.

Цель программы

Обеспечить системный подход к созданию здоровьесберегающей среды, способствующей формированию личностных ориентиров и норм поведения, сохранению и укреплению физического, психологического и социального здоровья младших школьников, познавательному и эмоциональному развитию детей, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего развития.

Задачи программы:

- сформировать представления о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся осознанию выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе ее использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;

- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление с учетом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная негативная активность, инфекционные заболевания, переутомления), существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- сформировать потребность ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Чтобы успешно справиться с этими задачами необходимо руководствоваться принципами:

- 1. Принцип учета индивидуальных возможностей и способностей школьников** предусматривает поддержку всех учащихся с использованием разного по трудности и объему предметного содержания, а соответственно, помощи и взаимопомощи при усвоении программного материала каждым учеником.
- 2. Учет возрастных особенностей обучающихся.**
- 3. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов** учебно-воспитательного процесса.
- 4. Обеспечение мотивации образовательной деятельности.** Ребенок-субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации.
- 5. Построение учебно – воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций.** Прежде всего, имеется ввиду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия по материализованной программе к речевому и умственному выполнению действий, переход от поэтапных действий к автоматизированным.
- 6. Рациональная организация двигательной активности.** Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям школы.
- 7. Обеспечение адекватного восстановления сил.** Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной адаптации работы и расслабления, произвольной и эмоциональной активации необходимы для предотвращения переутомления детей.

Содержание программы

Направления работы по формированию здорового образа жизни	Задачи формирования здорового образа жизни	Виды и формы здоровьесберегающих мероприятий
1	2	3
Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни	1. Пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье. 2. Обеспечение заинтересованного отношения педагогов, родителей к здоровью детей	Беседа, спортивные секции, туристический походы, встречи со спортсменами, тренерами, урок физической культуры, подвижные игры, спортивные соревнования, игровые и тренинговые программы
Создание здоровьесберегающей инфраструктуры ОУ	1. Организация качественного горячего питания. 2. Оснащение кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым оборудованием и инвентарем	Укрепление материально-технической базы; включение в штатное расписание квалифицированных специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися
Рациональная организация образовательного процесса	1. Повышение Эффективности учебного процесса, снижение чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха. 2. Обеспечение возможности обучающихся осуществлять учебную и внеучебную деятельность в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями	Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям ; обучающихся; индивидуализация обучения; работа по индивидуальным программам начального общего образования
Организация физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья	Организация динамических перемен, физкультминутки на уроках, организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования; проведение спортивно-оздоровительных мероприятий

Коммуникативные УУД

- проверить умение оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом речевых ситуаций, высказывать свою точку зрения и пытаться ее обосновать, приводя аргумент.

Метапредметные УУД

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действий

Распределение времени на различные виды программного материала

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1.	История Олимпийских игр	5	7	7	7
2.	Русские народные игры	5	4	4	4
3.	Веселые старты	10	10	10	10
4.	Игры со спортивным инвентарем	9	7	7	7
5.	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	3	5	5	5
6.	Итоговый праздник «Малые Олимпийские игры»	1	1	1	1
	Итого	33	34	34	34

