

Ростовская область, Верхнедонской район, хутор Быковский
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Верхнедонского района
Верхнебыковская основная общеобразовательная школа

«Утверждаю»
Директор МБОУ Верхнебыковской ООШ
Приказ от 24.08.2023 №42
_____Н.А. Суярова

М.П.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По курсу внеурочной деятельности Здоровейка
Основного общего образования 2 класс
Количество часов 34
Учитель Какурина Галина Ивановна

2023г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника школы, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием. А значит, образ выпускника- это не конечный результат, не итог в развитии личности, а тот базовый уровень, развитию и становлению которого должна максимально способствовать школы.

Следовательно, выпускник младших классов школы как современного образовательного учреждения должен иметь устойчивый интерес к учению, наблюдательность, осведомленность, применять знания на практике, быть исполнительным, уверенным, инициативным, добросовестным, заботливым, аккуратным, правдивым, креативным, инициативным, чувствовать доброту, иметь привычку к режиму, навыки гигиены, уметь согласовывать личное и общественное, иметь навыки самоорганизации, открытый внешнему миру.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
 - формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
 - духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
 - укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.
- Соответствие целей и задач программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» целям и задачам основной образовательной программы учреждения будет способствовать осуществлению пролонгированного эффекта от ее реализации в педагогической практике.

На реализацию программы курса «Здоровей-ка» во 2 классе отводится 1 час в неделю, 32 часа в год.

Содержание программы спортивно-оздоровительного направления «Здоровей-ка»

2 год обучения (34 часа в год)

1. Игры с элементами легкой атлетики

Ученики приобретают основы умений бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

2. Игры с элементами ритмической гимнастики

Игры с элементами ритмической гимнастики способствуют формированию навыка правильной осанки у детей младшего школьного возраста. Музыкально-ритмическая деятельность направлена на воспитание эстетических, физических, нравственных и умственных качеств, развивается познавательный интерес, память, вырабатывается устойчивость произвольного внимания, совершенствуется творческая активность.

3. Игры с элементами спортивных игр

Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений, развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий.

Планируемые результаты

Метапредметными результатами изучения курса являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

К концу 2 года обучения:

Личностные результаты

- определять уровень развития физических качеств;
 - договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр, учитывая разные точки зрения;
- проявлять инициативу в выборе и проведении подвижных игр

Метапредметные результаты

- Управлять своими эмоциями;
- Взаимодействовать с коллективом, находить компромисс, слушать и понимать других;

Раскрывать на примерах личного опыта положительного влияния подвижных игр на физическое, личностное, социальное развитие

Предметные результаты

- Выполнять комплексы физических упражнений для формирования правильной осанки;
 - организовывать и проводить самостоятельные формы занятий;
- Соблюдать режим дня и правила личной гигиены.

Календарно - тематическое планирование

| № | Тема занятий | Дата проведения |
|----|--|-----------------|
| 1 | <u>Игры с элементами легкой атлетики</u> «Осенний марафон» | 06.09 |
| 2 | игра «Чай-чай выручай» | 13.9 |
| 3 | игра «День и ночь» | 20.09 |
| 4 | игра «Вызовы» | 27.09 |
| 5 | игра «Гонка мячей по кругу» | 04.10 |
| 6 | Прыжки в длину | 11.10 |
| 7 | игра «Караси и щука» | 18.10 |
| 8 | игра «Кто выше?» | 25.10 |
| 9 | игра с обучением прыжкам в высоту «Достань мячик» | 08.11 |
| 10 | <u>ритмическая гимнастика</u> игра ««Веселые ладошки»» | 15.11 |
| 11 | игра «Веселый зоопарк» | 22.11 |
| 12 | «Красивая спина» | 29.11 |
| 13 | игра «Дружные ребята» | 06.12 |
| 14 | игра «Веселый сапожок» | 13.12 |
| 15 | "Непоседы" | 20.12 |
| 16 | игра «Ритмическая мозаика» | 27.12 |
| 17 | <u>лыжная подготовка</u> Скольльзящий шаг с палками | 10.01 |
| 18 | игра «Царь горы» | 17.01 |
| 19 | Повороты на месте и в движении | 24.01 |
| 20 | игра «Попади в цель» | 31.01 |
| 21 | Игры по выбору учащихся | 07.02 |
| 22 | эстафета «Снежный город» | 14.02 |
| 23 | Лыжная эстафета | 21.02 |
| 24 | <u>подвижные игры</u> игры и эстафеты с мячами | 28.02 |
| 25 | игра «Класс, смирно!» | 06.03 |

| | | |
|----|--|-------|
| 26 | Броски мяча в корзину | 13.03 |
| 27 | игра «Боулинг» | 20.03 |
| 28 | игра «Картошка» | 03.04 |
| 29 | Соревнование по прыжкам через скакалку | 10.04 |
| 30 | игра «Веселые пингвинята» | 17.04 |
| 31 | игра «Солнышко» | 24.04 |
| 32 | Игры по выбору. | 08.05 |
| 33 | Игры по выбору. | 15.05 |
| 34 | Игры по выбору. | 22.05 |