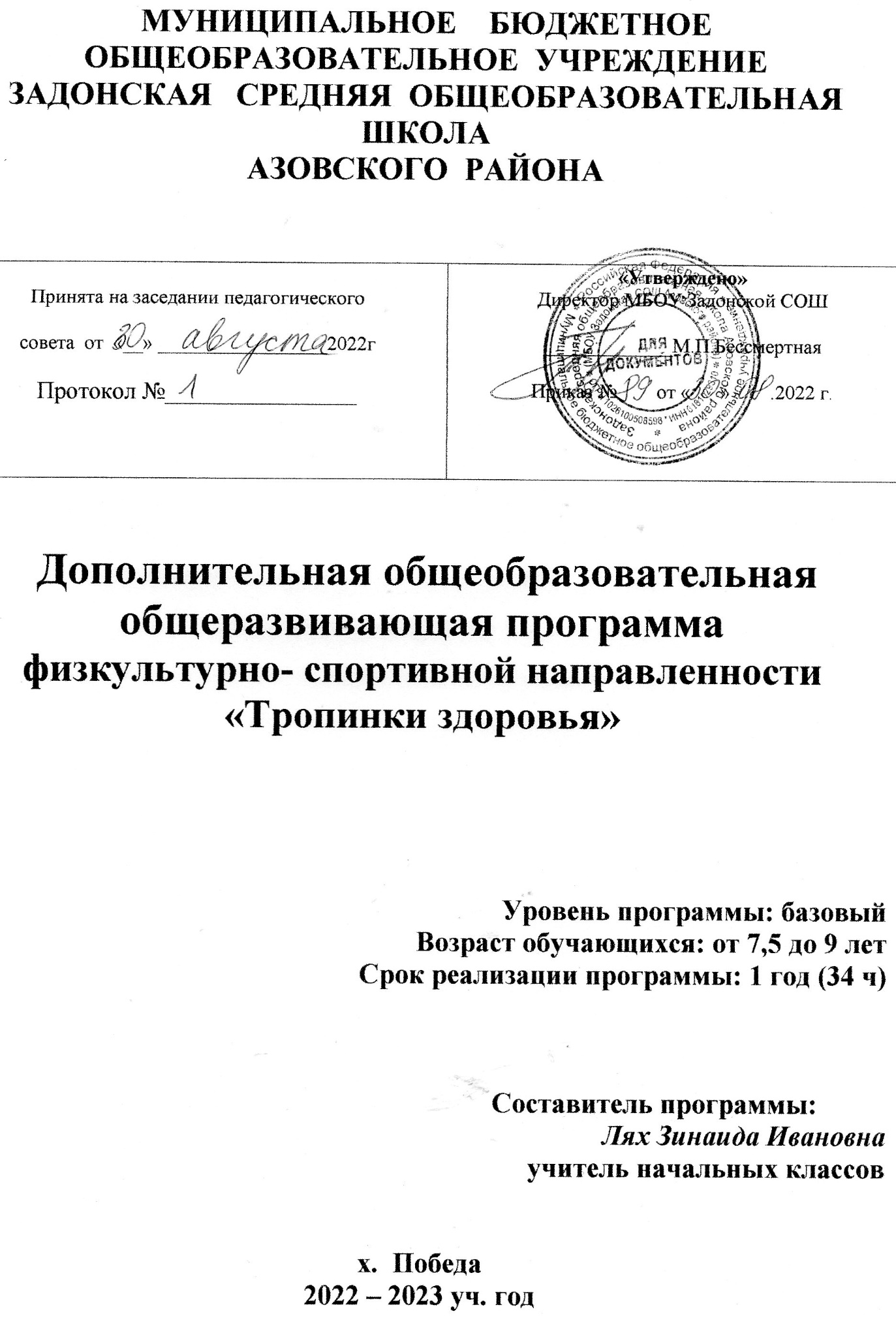
****

**Нормативно-правовые документы, регламентирующие разработку и реализацию общеобразовательных общеразвивающих программ дополнительного образования:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 08.12.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2021)
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.04.2015 № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей»
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения РФ от 09.11.2018 № 196».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

**I. Пояснительная записка**

***1. 1. Направленность программы – физкультурно- спортивная***

***1.2. Актуальность программы***

Здоровье – важнейшая характеристика развития ребенка на протяжении школьного детства. Создание условий для формирования здорового образа жизни школьника – одна из задач образовательного учреждения.

Реализация внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства.

Обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства, актуальная задача современного образования. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранении здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании. Путей и программ, направленных на первичную профилактику злоупотребления курением и наркотическими веществами, предложено много. Очень важно, чтобы профилактика асоциальных явлений взяла своё начало в начальных классах.

Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формирование установок на ведение здорового образа жизни. Не нужно делать большой акцент на сами вредные привычки. Главное – приобщить детей к здоровому образу жизни. Дети младшего школьного возраста наиболее восприимчивы к обучающемуся воздействию, поэтому целесообразно использовать школу для обучения детей здоровому образу жизни.

Педагогическая общественность все больше убеждается в том, что именно учитель может сделать больше для здоровья школьников, чем врач. Охрана здоровья школьников – одна из важнейших задач образования. Не подлежит сомнению и тот факт, что самое драгоценное у человека – здоровье, и только здоровый человек способен быть настоящим творцом собственной судьбы и судьбы своей страны. Решать эту проблему необходимо через применение в рамках образовательного процесса здоровьесберегающих педагогических технологий и просвещение детей и родителей.

Так возникла необходимость создания программы «Тропинки здоровья» для учащихся младшего школьного возраста, которая будет направлена на устранение проблем, что в свою очередь может дать положительный эффект и в оздоровлении учащихся, и в реализации основной цели – повышении качества образования и воспитания школьников.

***1.3. Значимость для конкретного региона***.

Программа соответствует региональным социально-экономическим и социокультурным потребностям и проблемам, на решение которых направлена программа.

Программа «Тропинки здоровья» направлена на профилактику и коррекцию нарушений здоровья, и общее оздоровление организма, обеспечивает обучение младших школьников правильным действиям в опасных для жизни и здоровья ситуациях, помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Для формирования привычки к здоровому образу жизни младших школьников необходима совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой, администрацией школы.

Программа включает в себя и вопросы физического здоровья, и духовного. Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе.   
 Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, научит делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве. Работа начинается с 1 класса и рассчитана на весь курс начальной школы.

***1.4****.* ***Отличительные особенности программы*** является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума.

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориенти­ро­ван­ного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспери­менти­рование и поисковую активность са­мих детей, побуждая их к творческому от­ношению при выполнении заданий. Занятия содержат познава­тельный материал, со­ответству­ю­щий возрастным особенностям детей в сочета­нии с практически­ми зада­ниями (тре­нинг, оздоровительные минутки, упражне­ния для глаз, для осанки, дыха­тельные уп­ражнения и пр.), необходимыми для развития навыков ребенка.

Наряду с теоре­тическим мате­риалом ученикам предлагаются практи­че­ские ре­комен­дации, игры и уп­ражнения, тренинги. Беседы включают вопросы гигиены, питания, закаливания, строения че­ловека, ведения индивидуальной программы, паспорта здоровья; во­просы, свя­занные с факто­рами, укрепляющими и раз­рушающими здоро­вье, и т.д. В одной беседе может быть за­тронуто одно или несколько на­правлений.

Оздоровительные минутки включают не только физические уп­ражне­ния, но и «этюды для души» (например: «Сотвори солнце в се­бе»). Оздоро­ви­тельные паузы комбинируются, включая фи­зические упражне­ния для осанки и несколько упражнений для глаз, рук или стоп и т.д. За­дача оздоро­вительных пауз —вы­работать привычки, необходимые каждому ре­бёнку для ук­репления позвоночника, стоп, рук, для красивой осанки, снятия ус­талости, обретения спокойствия и равнове­сия и т.д.

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. Каждое занятие должно стать настоящим уроком «здравотворчества».

**Данная программа строится на принципах**:

***- 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.

***- Обеспечение мотивации***

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

***1.5. Новизна программы*** заключается в ее направленности на приоритетность достижения личностных результатов освоения программы средствами физкультурно- спортивной деятельности, развитие общей культуры обучающихся, их мировоззрения, ценностно-смысловых установок в логике формирования социально значимых знаний, отношений и опыта в различных видах воспитывающей деятельности.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 уровень (7-10 лет) | 2 уровень (11- 14 лет) | 3 уровень (15-18 лет) |
| приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), понимания социальной реальности и повседневной жизни | формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям общества (образование, наука, человечество, природа), ценностного отношения к социальной реальности в целом | получение школьником опыта самостоятельного социального действия на основе знаний и отношений |

Приоритетность связана с возрастными возможностями детей и подростков, и не означаетигнорирования других составляющих общей цели воспитания. Приоритет – то, чему педагогам, работающим со школьниками конкретной возрастной категории, предстоит уделять большее, но не единственное внимание.

***1.6. Адресат программы.***

**Программа ориентирована на учащихся 2 класса.** В зависимости от условий реализации программы, целей и задач программа направлена на одновозрастной коллектив детей, где учитываются возрастные и индивидуальные особенности детей (ФЗ гл.10 ст.25 п.1).Содержание программы адаптировано для детей ОВЗ ( инвалидов).

В целом состав группы остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;

смена личностных интересов и запросов учащихся.

Ведущей формой организации обучения является групповая.

***1.7. Сроки реализации программы.***

1- год обучения (2 класс)– 1 час в неделю - 34 учебных часа в год.

В соответствии с учебным планом МБОУ Задонской СОШ на 2022-2023 учебный год при 34 учебных неделях на изучение кружка во 2 классе отводится 34 часа в год: 1 час в неделю. Тематическое планирование кружка рассчитано на 34 часа.

***1.8. Уровень программы***. Базовый. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы, развитие мотивации к определенному виду деятельности.

***1.9. Особенности организации образовательного процесса*** осуществляется в традиционной форме.

***1.10. Форма обучения и режим занятий***  осуществляется в очной форме. Занятия носят научно-образовательный характер**.** Продолжительность занятия – 40 минут.

***II. Цель и задачи программы***

**Цели:**

- обучение поиску оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся класса;

- обеспечение наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха;

- обучение детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить свое здоровье, применяя весь изученный материал, в согласии с законами природы, законами бытия.

**Задачи:**

- Формирование стремления к здоровому образу жизни, осознание здоровья как одной из главных ценностей жизни.

- Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирование здорового образа жизни.

- Формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни.

- Расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

- Профилактика вредных привычек.

- Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

**III. Содержание программы**

**3.1. Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Название раздела** | **Количество часов по плану** | **Количество часов по программе** | **Теория** | **Практика** | **Формы промежуточной аттестации** |
| 1 | Беседы по профилактике здорового образа жизни. | 5ч | 5ч | 4 | 1 | викторина |
| 2 | Подвижные игры на свежем воздухе | 5 ч. | 5 ч. |  | 5 | соревнования |
| 3 | Экскурсии | 4ч | 4ч |  | 4 | выставка рисунков |
| 4 | Динамические прогулки и игры | 3 ч | 3 ч |  | 3 | соревнования |
| 5 | Подготовка и проведение внеклассных мероприятий, праздников | 2ч | 2ч | 2 |  | праздник |
| 6 | Настольные игры. | 2ч | 2ч |  | 2 | соревнования |
| 7 | Спортивные игры | 4 ч. | 4 ч. |  | 4 | соревнования |
| 8 | Занятия в спортивном зале | 1ч | 1ч |  | 1 | тест |
| 9 | Спортивные соревнования | 4 ч | 4 ч |  | 4 | соревнования |
| 10 | Про тебя самого | 4 ч | 4 ч | 2 | 2 | зачет |
|  | Итого: | 34 часа | 34 часа | 8ч | 26ч |  |

**Учебно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** | | **Форма занятия** | **Развитие УУД** | **ЦОР\ЭОР** | **Дата проведения** | |
| план | факт | план | факт |
| 1 | « Режим дня » | 1 | 1 | Беседа | Л:самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;  Р: использование речи для регуляции своего действия;  К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 02.09 |  |
| 2 | Учимся играть в волейбол. | 1 | 1 | Спортивные игры. | Л: осознание ответственности человека за общее благополучие;  Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;  К: предлагать помощь и сотрудничество; | 09.09 |  |
| 3 | «Красота осенней природы». | 1 | 1 | Экскурсия в осенний лес. | Л: этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи; | 16.09 |  |
| 4 | Учимся играть в волейбол. | 1 | 1 | Спортивные игры. | Л: положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 23.09 |  |
| 5 | «Учимся играть в футбол» | 1 | 1 | Занятие на футбольном поле | Л: способность к самооценке;  Р: использование речи для регуляции своего действия;  К: предлагать помощь и сотрудничество; | 30.09 |  |
| 6 | «Белые медведи»  «Донести рыбку» | 1 | 1 | Подвижные игры на свежем воздухе. | Л:самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;  Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;  К: формулировать собственное мнение и позицию; | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 07.10 |  |
| 7 | «Белые медведи»  «Донести рыбку» | 1 | 1 | Подвижные игры на свежем воздухе. | Л: осознание ответственности человека за общее благополучие;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | 14.10 |  |
| 8 | «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу» | 1 | 1 | Внеклассное мероприятие | Л: этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; |  | 21.10 |  |
| 9 | «Осторожно – тонкий лёд!»  **По прогр. за 1 четв.-9ч факт---**  **2 четверть** | 1 | 1 | Экскурсия на водоём | Л: положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям  Р: использование речи для регуляции своего действия;  К: предлагать помощь и сотрудничество;  К: формулировать собственное мнение и позицию; |  | 28.10 |  |
| 10 | «Веселая скакалка» | 1 | 1 | Подвижные игры и упражнения со скакалками | Л: способность к самооценке;  Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;  К: адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 11.11 |  |
| 11 | Шашки, шахматы, настольный теннис. | 1 | 1 | Настольные игры. | Л:самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: предлагать помощь и сотрудничество; | 18.11 |  |
| 12 | «Уроки безопасности пешехода». | 1 | 1 | Внеклассное мероприятие | Л: осознание ответственности человека за общее благополучие;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; |  | 25.11 |  |
| 13 | Весёлые старты | 1 | 1 | Спортивные соревнования | Л: этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;  Р: использование речи для регуляции своего действия;  К: предлагать помощь и сотрудничество; | . http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 02.12 |  |
| 14 | Строим снежную крепость | 1 | 1 | Подвижные игры на свежем воздухе. | Л: положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям  Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;  К: формулировать собственное мнение и позицию; | 09.12 |  |
| 15 | «Смешное и поучительное» | 1 | 1 | Просмотр и обсуждение мультфильмов про Смешариков . | Л: способность к самооценке;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 16.12 |  |
| 16 | Эстафета на санках. | 1 | 1 | Спортивные соревнования | Л:самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: предлагать помощь и сотрудничество; | 23.12 |  |
| 17 | Зимние забавы  **По прогр. за 2 четв.-8ч факт---**    **3 четверть** | 1 | 1 | Зимняя экскурсия . | Л: осознание ответственности человека за общее благополучие;  Р: использование речи для регуляции своего действия;  К: формулировать собственное мнение и позицию; | 30.12 |  |
| 18 | «Страна Болючка» | 1 | 1 | Беседа – игра. Выставка рисунков. | Л: этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;  Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;  К: предлагать помощь и сотрудничество; |  | 13.01 |  |
| 19 | Катание на санках. Игра в снежки. | 1 | 1 | Подвижные игры на свежем воздухе. | Л: положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; |  | 20.01 |  |
| 20 | Разминка на катке. | 1 | 1 | Упражнения и игры на хоккейной коробке | Л: способность к самооценке;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: предлагать помощь и сотрудничество; | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 27.01 |  |
| 21 | Осанка – стройная спина. | 1 | 1 | Беседа – игра просмотр презентаций | Л: начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях  Р: использование речи для регуляции своего действия;  К: формулировать собственное мнение и позицию; | 03.02 |  |
| 22 | Зарядка дарит бодрость. | 1 | 1 | Беседа – игра., физминутки | Л:самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;  Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;  К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; | 10.02 |  |
| 23 | Мышцы, кости и суставы. | 1 | 1 | Беседа – игра просмотр презентаций | Л: осознание ответственности человека за общее благополучие;  Р: умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;  К: предлагать помощь и сотрудничество;  К: формулировать собственное мнение и позицию; | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 17.02 |  |
| 24 | Шашки, шахматы | 1 | 1 | Настольные игры. | Л: этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | 03.03 |  |
| 25 | Катание на санках (подвижные игры) | 1 | 1 | «День Здоровья» | Л: положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям  Р: использование речи для регуляции своего действия;  К: адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 10.03 |  |
| 26 | Разучивание подвижных игр  **По прогр. за 3 четв.-9ч факт---**    **4 четверть** | 1 | 1 | Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе | Л: способность к самооценке;  Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;  К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; | 17.03 |  |
| 27 | «Я и мои привычки» | 1 | 1 | Час здоровья. Учимся узнавать действия своего организма | Л: начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях  Р: умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;  К: предлагать помощь и сотрудничество; | 31.03 |  |
| 28 | Русская народная игра «Краски» «Черепаха-путешественница» | 1 | 1 | Динамическая прогулка с играми на свежем воздухе | Л:самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: формулировать собственное мнение и позицию; | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 07.04 |  |
| 29 | «Мой друг – велосипед» | 1 | 1 | Час здоровья. Беседа – игра. | Л: осознание ответственности человека за общее благополучие;  Р: использование речи для регуляции своего действия;  К: адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | 14.04 |  |
| 30 | «Белые медведи»  «Донести рыбку» | 1 | 1 | Подвижные игры на свежем воздухе. | Л: этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;  Р: адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;  К: предлагать помощь и сотрудничество; |  | 21.04 |  |
| 31 | Весенние изменения в природе | 1 | 1 | Экскурсия в весенний лес. | Л: положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям  Р: умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;  К: формулировать собственное мнение и позицию; | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 28.04 |  |
| 32 | Подвижные игры (на берегу реки) | 1 | 1 | Динамическая прогулка на водоём. | Л: способность к самооценке;  Р: умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;  К: предлагать помощь и сотрудничество; | 05.05 |  |
| 33 | Полоса препятствий  Упражнения в равновесии | 1 | 1 | Эстафета. | Л: начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях  Р: использование речи для регуляции своего действия;  К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; | http://www.100let.net/index.htm  http://www.openclass.ru/dig-resource/86743  http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://theobg.by.ru/bit.htm  http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/  http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm  http://festival.1september.ru/articles/519723/ | 12.05 |  |
| 34 | Правила безопасного поведения на летних каникулах. | 1 | 1 | Беседа, просмотр видеороликов | Л: начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях  Р: использование речи для регуляции своего действия;  К: работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных; | 19.05 |  |
|  | **По прогр. за 4 четв.-8ч факт---**    **ИТОГО за год по программе -34 ч по факту** | | | | | | | |

**Беседы по профилактике здорового образа жизни- 5ч.**

**II класс – 5ч.** «Режим дня»,«Смешное и поучительное», «Страна Болючка», «Я и мои привычки», «Мой друг – велосипед».

**Подвижные игры на свежем воздухе – 5 ч.:** «Увернись от мяча», «Вороны и воробьи», «Паровозик», «Ловишки-перебежки», «Первые снежки», «Строим снежную крепость», «Донести рыбку», «Петушиный бой», «Два Мороза», «собери орехи», «Большой мяч» и др. Катание на санках. Игра в снежки.

**Экскурсии – 4ч.** «Осенние изменения в природе», «Осторожно – тонкий лед», «Зимние забавы», «Весенние изменения в природе».

**Динамические прогулки и игры –3 ч**

**Подготовка и проведение внеклассных мероприятий, праздников :**

**II класс – 2ч** «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», «Уроки безопасности пешехода»

**Настольные игры – 2ч.:** Шашки, шахматы, настольный теннис.

**Спортивные игры – 4 ч.:** «Учимся играть в футбол, волейбол»

**Занятия в спортивном зале –1ч.:** «Веселая скакалка», «Звонкий мяч»,

**Спортивные соревнования – 4 ч.:** Весёлые старты, эстафета на санках

**Про тебя самого– 4 ч.:** Осанка – стройная спина, Зарядка дарит бодрость**,** Мышцы, кости и суставы, Правила безопасного поведения на летних каникулах.

1. **Планируемые результаты:**

***Метапредметные***

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;

- умение ставить и формулировать проблемы;

- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;

- установление причинно-следственных связей.

***Личностные***

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;

- осознание ответственности человека за общее благополучие;

- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;

- положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям по программе «Тропинки здоровья»;

- способность к самооценке;

- начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях.

***Регулятивные***

- использование речи для регуляции своего действия;

- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;

- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

- умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи.

***Коммуникативные***

В процессе обучения дети учатся:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;

- ставить вопросы;

- обращаться за помощью;

- формулировать свои затруднения;

- предлагать помощь и сотрудничество;

- слушать собеседника;

- договариваться и приходить к общему решению;

- формулировать собственное мнение и позицию;

- осуществлять взаимный контроль;

- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

***Предметные результаты***

1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физи­ческого, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоци­ональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздо­ровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагру­зок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

**Ожидаемые результаты.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Личностные** | **Метапредметные результаты:** | | |
| **Регулятивные** | **Познавательные** | **Коммуникативные** |
| Осознавать себя гражданином России и частью многоликого изменяющегося мира, в том числе объяснять, что связывает тебя с твоими близкими, одноклассниками, друзьями.  Формулировать самому простые правила поведения в природе.  Испытывать чувство гордости за красоту родной природы.  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 | Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, искать средства её осуществления.  Определять цель деятельности с помощью учителя.  Составлять план выполняемой задачи совместно с учителем.  Использовать дополнительные средства получения информации  Научиться оценивать себя. | Предполагать, какая информация необходима.  Самостоятельно отбирать для решения   учебных задач, необходимые словари, справочники, энциклопедии.  Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников.  Научиться перерабатывать полученную информацию.  Выбирать наиболее удобную для себя форму получения информации. Осуществлять поиск информации с использованием ресурсов сети Интернет. | При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя её.  Учиться подтверждать аргументы фактами.  Организовывать учебное взаимодействие в группе.  Доносить свою позицию в отношении здорового образа жизни до других;  Понимать позиции других. |

***В результате усвоения программы учащиеся научатся:***

* выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
* осуществлять активную оздоровительную деятельность;
* формировать своё здоровье.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* 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.

После окончания  **года обучения** учащиеся

**Узнают:**

* упрощенные правила спортивных игр (футбол, волейбол);
* правила игры в шашки, в шахматы;
* историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр;
* факторы сохранения и укрепления здоровья;
* основные правила соревнований и подвижных игр;
* строение тела человека, его привычки;
* основы здорового образа жизни;

**Научатся:**

* играть по правилам в спортивные игры (футбол, волейбол).
* выполнять упражнения на расслабление во время занятий;
* соблюдать правила техники безопасности во время занятий,
* соблюдать правила безопасности жизнедеятельности и ЗОЖ

**v. Условия реализации программы:**

|  |  |
| --- | --- |
| **5.1*Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения*** | **5.2 *Информационно-коммуникационные  средства*** |
| Доска магнитно-маркерная с антибликовым покрытием  **1**.Магнитофон, колонки  2. Ноутбук  3. Экран   1. 4. Мультимедиа проектор | Цифровые образовательные ресурсы  http://school-collection.edu.ru/ |

1. **Формы аттестации**

Контроль результатов освоения программы будет продуктивным в процессе организации следующих *форм деятельности*: спортивные эстафеты, турниры и соревнования, внеклассные мероприятия, конкурсы рисунков, опросник, тесты, дидактические игры. Учет для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Вид оценочного материала* | *Примерный перечень оценочных материалов данного вида* | *В каких случаях применяется на учебных занятиях* |
| опросник | опросные листы по всем темам | итоговый контроль |
| тест | тестовые задания с открытыми вопросами | итоговый контроль |
| дидактические игры | «Здоровый человек – это…» | итоговый контроль |

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Тропинки здоровья», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Основными формами учёта знаний и умений на первом уровне будут: анкетирование детей; мониторинг состояния здоровья, практические работы.

Социально одобряемая модель поведение может быть выработана только в результате вовлечения обучающихся в здоровьесберегающие практики. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, КВНы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

**VII. Методические материалы**

**Основные методы обучения:** игровые методики - ролевые, ситуационные, образно-

ролевые игры, а также элементы проектной деятельности, дискуссионные

монологический, диалогический, показательный.

**Основные методы преподавания:** объяснительный, информационно-сообщающий,

иллюстративный.

**Основные методы учения:** репродуктивный, исполнительский, частично-поисковый,

поисковый.

**Основные методы воспитания:** убеждения, упражнения, личный пример**.**

В процессе реализации программы *«Тропинки Здоровья»* используются  следующие ***педагогические технологии*:**

* **технология личностной ориентации педагогического процесса,**в основу которой положена педагогика сотрудничества (С.Т. Шацкий, Сухомлинский, Л.В. Занков, И.П. Иванов, Е.Н. Ильин и др.).

*Главные положения:*

* превращение педагогики знания в педагогику развития личности;
* в центре всей работы - личность  ребенка;
* сочетание индивидуального и коллективного подхода к образованию.
* **технология коллективного  творческого воспитания (по И.П. Иванову)**.

*построена на принципах:*

* приоритет успешности ребенка;
* учет субъективности, талантливости ребенка;
* приоритет эстетических ценностей (доброта, любовь и др.);
* гуманизация воспитательного процесса;
* сотрудничество, партнерство;
* групповое влияние на индивидуальные способности личности;
* коллективная и общественная значимость деятельности.
* **игровые технологии (Г.И. Пидкасистый, Эльконин Д.Е.)**используются, как средства активизации и интенсификации деятельности обучающихся.

Игра является важнейшей самостоятельной деятельностью ребенка для его физического и психического развития, становления индивидуальности и формирования умений жить сообща. В игре дети приобретают опыт общественного поведения в среде сверстников, практически овладевают нормами и правилами поведения, приобщаются к жизни окружающих взрослых, имеющих возможность проявить большую, чем в какой-либо другой деятельности, самостоятельность.

* **коммуникативная технология,**т.е. воспитание на основе общения (Лозанов Г., Е.И. Пассов, Скалкин В.Л. и др.).

Главное в этой технологии – речевая направленность воспитания через общение. Особенностью этого подхода является то, что воспитанник предстает на какое-то время автором точки зрения по обсуждаемому вопросу. У него формируется умение высказывать свое мнение, понимать, принимать или отвергать чужое мнение, осуществлять конструктивную критику, искать позиции, объединяющие различные точки зрения.

**Список литературы:**

1. Анастасова Л.П., Ижевский П.В., Иванова Н.В., Смирнов А.Т., Маслов М.В. Основы безопасности жизнедеятельности для 1–4 классов начальной школы. Программы образовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. Начальная школа. Основная школа. Средняя (полная) школа: базовый и профильный уровни. (Под редакцией А.Т. Смирнова) Москва «Просвещение», 2008.

2. Борисова У.С. Программа курса валеологии «Расти здоровым». <http://festival.1september.ru/articles/312400/>

3. Басова Е.Д.  Валеологическое образование в начальной школе//Управление начальной школой. № 2, 2010.

4. Мелентьева М.С., Раицкий А.А. Образовательная программа по валеологии (для начальной школы). <http://festival.1september.ru/articles/213370/>

5. Шакурова И.И. Авторская программа «Я расту здоровым»//Учительская. Июль 2009. Институт развития образования Республики Татарстан.

6. Умнягина Е.Г. Программа курса «Азбука здоровья» для младших школьников.  <http://festival.1september.ru/articles/519723/>

7. Зимние подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2009.

8.Клуб здоровья и долголетия. <http://www.100let.net/index.htm>

9. Марченко Е.Ю. Серия уроков по пожарной безопасности в начальной школе.<http://www.openclass.ru/dig-resource/86743>

4. Николаева Л.Н.  Огонь друг или враг? 1 класс. <http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html>

10. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2007.

11.  Подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2007.

12. Пожарная безопасность. <http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm>

13. Правила безопасного поведения в быту.  <http://theobg.by.ru/bit.htm>

14. Правила поведения на природе. <http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/8f5d7210-86a6-11da-a72b-0800200c9a66/22087/>

15. Пожарная безопасность. <http://www.scool16.ru/index.files/Page2157.htm>

16. Сосунова Е.М., Форштат М.Л. Учись быть пешеходом. Учебное пособие по ПДД для учащихся начальной школы. Ч.1. Ч.2. – СПБ.: ИД «М и М», 1998.