

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

"Здоровый ребенок - счастливая семья!"

Основного общего образования

(ФГОС ООО)

срок реализации 1 год

Направление: Спортивно- оздоровительное

**Екатеринбург
2021**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 6 КЛАССА**

"Здоровый ребенок - счастливая семья!"

**Основного общего образования
(ФГОС ООО)**

срок реализации 1 год

Направление: Спортивно- оздоровительное

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностными результатами программы внеурочной деятельности «Здоровый ребенок – успешный ребенок» является формирование следующих компетенций:

- 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 является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на занятии;
- уметь высказывать своё предположение (версию), уметь работать по предложенному учителем плану;

- уметь совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях;
- уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

Познавательные УУД:

- 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).

Коммуникативные УУД:

- уметь 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;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Тематический план.

	Название темы	Количество часов
1.	Вводное занятие	1
2.	Уроки здоровья	3
3.	Катание на коньках	5
4.	Лыжная подготовка	5
5.	Мини футбол	5
6.	Баскетбол	8
7.	Легкая атлетика	8
Итого		35

Содержание курса внеурочной деятельности

«Здоровый ребенок – успешный ребенок»

Тема 1. Вводное занятие (1 ч)

Правила поведения в школе. Безопасность на дороге: просмотр и обсуждение фильма; беседа по правилам пешехода. Составление безопасного маршрута от дома до школы. Выставка рисунков. Подведение итогов, формирование портфолио.

Тема 2. Уроки здоровья (3ч)

«Вот мы и в школе»: личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма;

«Питание и здоровье»: основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого;

- «Моё здоровье в моих руках»: влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата;
- «Я в школе и дома»: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона;
 - «Чтоб забыть про докторов»: закаливание организма;
 - «Я и моё ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома;
 - «Вот и стали мы на год взрослей»: первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

Тема 3. Катание на коньках (5 ч)

Терминология. Правила ухода за коньками. Понятие об общественной и специальной подготовке конькобежцев. Совершенствование практические занятия на коньках с применением подвижных игр.

Тема 4. Лыжная подготовка (5 ч)

Совершенствовать умение передвижения на лыжах, а так же подъемы, спуски, повороты, торможения.

Тема 5. Мини-футбол (5 ч)

Правила игры в мини-футболе. Техника безопасности в игре. ОФП и СПФ. Техническая и тактическая подготовка. Организация и проведения соревнований. Контрольные испытания.

Тема 6. Баскетбол (8 ч)

История возникновения и развития спортивной игры баскетбол.
Дальнейшее разучивание технических действий и тактики игры.

Самостоятельное судейство.

Тема 7. Легкая атлетика (8 ч)

Контрольные вопросы по истории возникновения и развития легкой атлетики. Беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Метание малого мяча.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575827

Владелец Куницкая Светлана Владимировна

Действителен с 09.04.2021 по 09.04.2022