

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Шарьинская школа-интернат Костромской области для детей с
ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрено на заседании МО Протокол №____ от «__» _____ 20__ г. Рук. МО _____ <hr/> ФИО	Принято на заседании педагогического совета Протокол №____ от «__» _____ 20__ г. Зам. директора _____ <hr/> ФИО	Утверждаю: Директор _____ <hr/> ФИО Приказ № _____ от «__» _____ 20__ г.
---	--	--

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Путешествие по тропе здоровья»

для обучающихся 2 «б» класса

(АООП ФГОС ОВЗ О у\о)

на 2017-2018 учебный год

Составитель:
Воспитатель 2 «б» класса
Дресвянина Елена Витальевна

г.Шарья

2017г.

Содержание рабочей программы

Оглавление

стр.

1. Титульный лист
2. Содержание рабочей программы
3. Пояснительная записка
4. Основные идеи, принципы, особенности программы
5. Особенности реализации программы
6. Учебно–тематический план
7. Календарно-тематическое планирование
8. Формы учета знаний и умений
9. Учебно – методическое обеспечение программы
10. Лист Корректировки

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Путешествие по тропе здоровья» для обучающихся 2-х классов является приложением к адаптированной основной общеобразовательной программе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальным нарушением) (АООП ФГОС ОО у\о).

Программа реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности во 2 классе.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. 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 сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе здоровья» нацелена на формирование у обучающихся ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков обучающихся по гигиенической культуре, на формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, на использование их в целях досуга, отдыха.

Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Основные идеи, принципы, особенности программы

Данная программа строится на **принципах**:

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

При этом необходимо выделить **практическую направленность** курса. Содержание занятий направлено на развитие у обучающихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга;

Цели программы:

- создание наиболее благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья младших школьников;
- формирование необходимых знаний, умений и навыков, способствующих поддержанию здорового и безопасного образа жизни; использование полученных знаний в практической деятельности;
- воспитание уважительного отношения к окружающей природе, истории и традициям народов нашего края, традициям своих семей, к себе и своему здоровью;
- приобщение к занятиям подвижными играми, формирование на их основе определенных видов двигательной активности.

Задачи программы:

- обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- ознакомить детей с разнообразием подвижных и малоподвижных игр, старинных и современных, и возможностью использовать их для организации досуга;
- осуществлять профилактику вредных привычек;
- формировать ответственное отношение к здоровому и безопасному образу жизни;
- развивать сообразительность, инициативу, быстроту реакции, ловкость, терпение, выдержку;
- формировать навык общения, взаимодействия и сотрудничества в коллективной игре;
- формировать умение ориентироваться на позицию партнера в общении и игре, учитывать другое мнение;

- знать нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья школьников.

Формы проведения занятий:

- подвижные игры на свежем воздухе с использованием спортивного инвентаря упражнения, конкурсы, творческие мастерские;
- беседы, лекции, тренинги по воспитанию норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- практические занятия;
- спортивные праздники, викторины, конкурсы и эстафеты
- экскурсии.

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. Оздоровительные минутки включают физические упражнения. Оздоровительные паузы комбинируются, включая физические упражнения для осанки и упражнения для глаз, рук или стоп и т.д. Задача оздоровительных пауз - дать знания, выработать умения и навыки, необходимые каждому обучающемуся для укрепления позвоночника, стоп, рук, для красивой осанки, снятия усталости, обретения спокойствия и равновесия и т.д.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности:

форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе здоровья» предназначена для обучающихся 2 класса.

Занятия проводятся в учебном кабинете, в спортзале, детской площадке и школьном стадионе.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе здоровья» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Особенности организации работы.

Формирование универсальных учебных действий

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;
- способность к самооценке;
- начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях.

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.

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 обучающиеся 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 поведение собственное и окружающих.

Организация образовательного процесса

Срок реализации программы – 1 год.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе 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.

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.

Режим занятий.

- Общее количество часов в год – 34 часа
- Количество часов в неделю – 1 час.
- Периодичность занятий – 1 раз в неделю по 40 минут

Учебно-тематический план

№ п/п	Раздел	Кол-во часов		Основное содержание программы по теме	Форма организации занятия
		теория	практ.		
1	Первые шаги к здоровью	1	3	Первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, знакомство с двигательными способностями людей и ходьбой, как основным видом движения, игры на свежем воздухе.	групповая
2	Если хочешь быть здоров	1	3	Ознакомление с правилами утренней гимнастики, проверка осанки, профилактика простудных заболеваний, строение глаза и укрепление его мышц, игры на воспитание гибкости, бег как основной вид движения, соревнования, подъёма на склон на лыжах, комплексы физкультминуток.	групповая
3	Полезные и вредные привычки	1	2	Курение – это вред. Вред от алкоголя. Токсические вещества. Релаксационные настрои. Как доставить родителям радость. Игра «Давай поговорим». Если кому-то нужна твоя помощь. Игра «Кто больше знает?», пословицы и поговорки о дружбе и взаимовыручке	
4	По дорожкам здоровья	4	3	мода и гигиена школьной одежды, влияние неправильной осанки и плоскостопия на здоровье, пульс и его зависимость от физической нагрузки, закаливание организма, близорукость, воспитание ловкости, основной вид движения – прыжки, игротеки катание с горы на лыжах, физкультминутки для друзей.	групповая
5	Мое здоровье – в моих руках	3	4	«Как оказать первую помощь при порезе, ушибе, обморожении» –	групповая

				беседа. Опасные ситуации в жизни детей. Тренинг «Помоги себе сам». Викторина «Мама, папа, я – здоровая семья». Нарушение осанки. Разучивание упражнений и составление памятки для поддержания правильной осанки.	
6	Питание и здоровье	3	2	«Очень вкусная еда, но не детская она: чипсы, жвачки, сухарики, газированные напитки». Игра «Полезно – вредно». «Здоровая пища для всей семьи» – беседа. Игра «Светофор здоровья».	
7	Я, ты, он, она - мы здоровая семья	2	2	формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, культура эмоций и чувств, правильное питание, индивидуальные программы по улучшению здоровья, дневник самоконтроля, точечный массаж, тренировка выносливости и силы, лыжные прогулки и эстафеты разработка игр и применение их на динамических паузах.	групповая
Итого	34	15	19		

Предполагаемый результат:

В результате усвоения программы обучающиеся должны уметь:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;

Обучающиеся 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.

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности
«Путешествие по тропе здоровья»**

№	Тема занятий	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата	Программное содержание	Методы деятельности
I	Первые шаги к здоровью.	4				игровой, информационно-развивающий, репродуктивный, частично-поисковый, объяснительно-иллюстративный, словесные и наглядные методы, практические
1	Техника безопасности во время игр на школьном дворе, спортивной площадке, в спортивном зале.	1	6.09		Ознакомить учащихся с организацией и проведением уроков физической культуры; правилами передвижения к месту занятий, требованиями безопасности поведения в спортивном зале; требования к спортивной форме;	
2	К здоровью без лекарств	1	13.09		Воспитывать у детей желание заботиться о своём здоровье. Формировать представления детей о зависимости здоровья, от двигательной активности и закаливания. Уточнить знания о полезных свойствах воздуха. Продолжать учить осознанно подходить к своему питанию, уточнить знания о витаминной ценности продуктов.	

3	Друзья детей Вода и Мыло	1	20.09		Прививать навыки здорового образа жизни; развивать потребность в чистоте, правильном уходе за телом человека; воспитывать чувство ответственности за своё здоровье; познакомить с правилами, помогающими сохранить собственное здоровье.	
4	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья	1	27.09		Дать детям представление о том, какое большое значение имеют воздух, вода и свет для всего живого. Пояснить детям, какую пользу приносят солнце, воздух и вода, совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены; Учить детей заботиться о своем здоровье, формировать у детей сознательное стремление быть здоровыми;	
II	Если хочешь быть здоров.	4				игровой, информационно-развивающий, репродуктивный, частично-поисковый, объяснительно-иллюстративный, словесные и наглядные методы, практические
1	В здоровом теле – здоровый дух	1	4.10		Закрепить знания о здоровье и о том, как о нем заботиться. Систематизировать знания о внешних признаках больного и здорового человека, способах сохранения и укрепления, особенностях укрепления здоровья для профилактики заболеваний.	

					Подведение детей к обобщению о том, что физическое и эмоциональное здоровье нужно поддерживать разными способами.
2	Осанка – стройная спина!	1	11.10		Продолжать формировать у детей знания о сохранении и укреплении здоровья. Познакомить с правилами поддержания правильной осанки, с физическими упражнениями для укрепления мышц спины; Оказывать общеукрепляющее воздействие на организм детей.
3	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	1	18.10		Дать детям представление о необходимости и пользе утренней гимнастики, о здоровом образе жизни, уходе за своим телом, поддержании его в хорошей форме; Формирование у детей к внутренней мотивации здорового образа жизни; раскрытие способов поддержки физического здоровья.
4	Мои физические возможности	1	25.10		Формирование у детей необходимых физических качеств: силы, выносливости, гибкости, ловкости, координации. Закрепить у детей технику выполнения основных видов движений. Умение мобилизовать все свои силы на достижение поставленных целей. Формирование у

					детей необходимых личностных качеств: уверенности, справедливости, скромности. Преодоление возникающих препятствий.	
III	Полезные и вредные привычки.	3				игровой, информационно-развивающий, репродуктивный, частично-поисковый, объяснительно-иллюстративный, словесные и наглядные методы, практические
1	Сон – лучшее лекарство	1	8.11		Познакомить детей с гигиеной сна. Расширить знания детей о пользе сна; побуждать к выполнению режима дня. Формировать представление детей о том, что такое сон и о том, какое значение он имеет в жизни человека; Корректировать понятие «Сон лучшее лекарство»;	
2	Курение – это вредно	1	15.11		Формирование отрицательного отношения к курению. Уточнить представления детей о вреде курения, его отрицательным влиянием на организм человека; Учить находить правильный выход из различных жизненных ситуаций;	
3	Моё настроение. Передай улыбку по кругу	1	22.11		Дать учащимся представление о том, что такое улыбка, в чём её секреты; Способствовать формированию позитивной самооценки, развитию положительных качеств, доброжелательности, отзывчивости,	

					способствовать развитию эмоционально-чувственной сферы детей, учиться быть здоровыми душой и телом. Формировать в сознании детей понятие «улыбка»;	
IV	По дорожкам здоровья.	6				игровой, информационно-развивающий, репродуктивный, частично-поисковый, объяснительно-иллюстративный, словесные и наглядные методы, практические
1	Гигиена помещения (проветривание, генеральная уборка, уход за цветами).	1	29.11		Уточнять и расширять знания детей об особенностях жилых помещений, формировать представление о значении чистоты и порядка в помещении, о вреде пыли и грязи с целью подготовки к самостоятельной жизни; Способствовать развитию имеющихся навыков по уходу за жилыми помещениями, совершенствовать навыки культуры труда;	
2	Как правильно готовить домашнее задание	1	6.12		Выявить представление детей об организации учебной работы детей дома; ознакомить с гигиеническими требованиями к приготовлению домашнего задания. Дать рекомендации в деятельности по выполнению домашних заданий.	
3	Мода и гигиена школьной одежды	1	13.12		Сформировать у обучающихся представления о том, что такое стиль и мода; расширить представления о	

					видах одежды по назначению. Раскрыть гигиенические требования к уходу за одеждой с точки зрения ее анатомо – физиологических особенностей;
4	Учусь находить себе друзей и интересные занятия	1	20.12		Показать, что у одноклассников можно много научиться, помочь найти друзей по интересам. Формирование представления о разнообразных занятиях и возможности найти новых друзей; развивать умение строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях; учить находить новых друзей, интересные занятия
5	Правда и ложь в пословицах и поговорках	1	27.12		Формировать умения распознавать понятия «правда» и «ложь», проводить между ними различия, умения отличать фантазию от лжи. Содействовать совершенствованию навыков культуры общения через речевые упражнения, поговорки, пословицы; Способствовать формированию таких нравственных качеств, как «честность», «справедливость»;
6	Как сохранять и укреплять свое здоровье	1	17.01		Учить детей самостоятельно следить за своим здоровьем, рассказать детям о продуктах питания и о их значении

					для человека, познакомить с понятиями питательные вещества, правильное или здоровое питание. Воспитывать у детей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни. Закладывание основ ЗОЖ, профилактика заболеваний.	
V	Мое здоровье – в моих руках.	7				игровой, информационно-развивающий, репродуктивный, частично-поисковый, объяснительно-иллюстративный, словесные и наглядные методы, практические
1	Помоги себе сам	1	24.01		Способствовать формированию самостоятельности у детей и адекватного поведения в опасных ситуациях, связанных с несчастными случаями. Закрепить знания детей о том, как можно оказать первую медицинскую помощь при ушибе, кровотечении из носа, ожоге; обобщить знания о медикаментах, необходимых при оказании первой медицинской помощи и о лечебных растениях, меде;	
2	Безопасное поведение дома	1	31.01		Повторить с учащимися основные правила безопасного поведения в быту; формировать умения видеть опасность в повседневной жизни и умение её предупредить; дать представление о	

					негативных последствиях для жизни и здоровья при незнании или несоблюдении правил безопасности; воспитывать ответственное поведение в быту, осторожность, умение отвечать за свои поступки.
3	Сезонные изменения и как их принимает человек	1	7.02		Обобщить знания детей о характерных признаках каждого времени года в живой и неживой природе; учить детей одеваться согласно времени года; повторить понятие слов тепло, холодно, замерз, перегрелся; сформировать навык бережного отношения к своему здоровью, через закаливание.
4	Хилый в шубу – здоровый на мороз	1	14.02		Раскрыть сущность и роль закаливания организма. Показать связь закаливания с процессами, происходящими во всем организме; Показать влияние закаливания на здоровье человека, соблюдение гигиенических требований во время закаливания.
5	Витамины нашего сада и огорода	1	21.02		Закреплять у детей элементарные представления об овощах и фруктах. Развивать умение употреблять в речи названия овощей и фруктов, понимать обобщающее слово « <i>овощи</i> » и « <i>фрукты</i> ». Формировать

					представление об овощах и фруктах, как витаминах, полезных для здоровья человека;	
6	Чтобы зубы были здоровыми	1	28.02		Раскрыть строение и функции зубов. Объяснить причину болезни зубов. Формировать потребность в сохранении зубов здоровыми. Приучать ребенка быть внимательным к себе, к состоянию своих зубов. Дать детям знания о том, что зубы надо беречь. Воспитывать желание ухаживать за своими зубами.	
7	Глаза – главные помощники человека	1	7.03		Дать детям элементарные представления об органе зрения, его функциональных возможностях. Формировать представление о необходимости бережного отношения к своим глазам (нужно вытираться только чистым полотенцем; нельзя тереть их грязными руками, и т. д.) Развивать представление о том, что глаза являются одним из важнейших органов чувств человека.	
VI	Питание и здоровье.	6				
1	Питание – необходимое условие для жизни человека	1	14.03		Познакомить детей с тем, что питание – необходимое условие для жизни человека, рассказать о том, какой путь проходит пища прежде, чем она	игровой, информационно-развивающий, репродуктивный, частично-поисковый, объяснительно-

					попадает ко всем органам. Закрепление представлений об основных принципах гигиены питания, о необходимости и важности регулярного питания, о наиболее подходящих блюдах, о полезных для здоровье свойствах круп и крупных изделий.	иллюстративный, словесные и наглядные методы, практические
2	Очень вкусная еда, но не детская она: чипсы, жвачки, сухарики, газированные напитки	1	21.03		Расширять представления детей о вредной и полезной пище, и её необходимости для жизнедеятельности организма человека. Познакомить детей с пищеварительным трактом, его основными отделами. Показать важность работы выполняемой каждым органом, учить детей понимать потребности своего организма.	
3	Здоровое питание – отличное настроение	1	4.04		Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания: еда должна быть не только вкусной, но и полезной. Познакомить с понятием « <i>витамины</i> », закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека. Воспитывать культуру питания.	
4	Что разрушает здоровье, а что	1	11.04		Сформировать представление о значении питания в жизни человека;	

	укрепляет?				Продолжать учить детей бережно относиться к своему здоровью, осознанно относиться к своему питанию, расширять знания о полезной и вредной пище, витаминах. Дать понятие о группах веществ: белки, жиры, углеводы, а так же о витаминах и их значении в жизни человека;	
5	Кто сколько жуёт – тот столько живет	1	18.04		Уточнить представления детей о значении продуктов питания, способах приготовления блюд; Формирование понимания роли правильного питания в жизни человека, необходимости регулярного питания. Расширить представление о режиме питания человека, важности соблюдения режима питания. Воспитывать приверженность к здоровому образу жизни.	
6	Прежде чем за стол мне сесть, я подумаю, что съесть	1	25.04		Создать условия для формирования у школьников определенного объема знаний по организации правильного здорового питания для школьников и выбора полезных и важных продуктов; закрепить полученные знания о правильном питании на практике при составлении меню питания, формировать у детей	

					интерес и готовность к соблюдению правил рационального здорового питания и выполнению правил культурного поведения за столом;	
VII	Я, ты, он, она - мы здоровая семья	4				игровой, информационно-развивающий, репродуктивный, частично-поисковый, объяснительно-иллюстративный, словесные и наглядные методы, практические
1	Дисциплина в школе	1	16.05		Формирование сознательной дисциплины, культуры поведения; развивать умения учащихся вести себя в соответствии с нравственными нормами, правилами поведения; воспитывать чувства доброты, чувства ответственности;	
2	Почему дети и родители не всегда друг друга понимают	1	23.05		Выявление особенностей взаимоотношений между ребенком и родителями. Способствовать формированию доверительных и доброжелательных отношений между родителями и детьми. Создать в коллективе детей и родителей атмосферу добра, взаимопонимания, доверия.	
3	Как доставить родителям радость.	1	25.05		Познакомить ребенка с внешними проявлениями радости. Учить собственному выражению радости. Учить передавать радость другому человеку. Развитие умения адекватно выражать своё эмоциональное	

					состояние;	
4	«Кто больше знает?», пословицы и поговорки о дружбе и взаимовыручке.	1	30.05		Воспитать у детей чувство осознанной необходимости друг в друге, понимание взаимопомощи, дружбы; Понимать значение пословиц о дружбе, связывать значение пословицы с определенной ситуацией; Учить находить выход из конфликтных ситуаций; Учить детей согласовывать свои действия с действиями партнера при выполнении работы вдвоем.	

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе 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.

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.

Материально-техническое обеспечение программы :

- Спортивный инвентарь (мячи, скакалки, обручи, кегли, кубики).
- Средства личной гигиены (зубные щетки, паста, расчески).
- Офтальмологическая таблица.
- Жесткие коврики и камешки.

Учебно-методическое обеспечение программы.

Литература:

1. Баранцев С.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. - М. : Просвещение, 1988
2. Безруких М. М. , Филиппова Т.А, Макеева А.Г Разговор о правильном питании / Методическое пособие.- М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004. – 80 с.
3. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1995.
5. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
6. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.
7. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.
8. Ковалько В.И. Школа физкультминуток.- М., ВАКО, 2005.
9. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4-е классы.
- 10.Коростелев Н. Б. Воспитание здорового школьника: Пособие для учителя / Под ред. В.Н. Кардашенко.- М.: Просвещение, 1986.- 176 с.
- 11.Коротков М.И. Подвижные игры детей. М.: Сов. Россия, 1987.
- 12.Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР. - М.: Просвещение, 1988.
- 13.Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
- 14.Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность. - М., Просвещение, 2011.
- 15.ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.
- 16.ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009.
- 17.DVD «Уроки тётушки Совы» - ТО «Маски», Москва, 2009.