РАССМОТРЕНО:
Руководитель МО МАОУ школы-интерната № 1
____
протокол № 1
«23» 06 2021г.

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора по учебной работе МАОУ школы-интерната № 1
____________/
от «23» 06 2021г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАОУ школы-интерната № 1
____________/
приказ № ____________
от «23» 06 2021г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Школа здоровья»
5-9 классы
(спортивно-оздоровительное направление)

Составитель: А.П. Васильев, учитель

Красноярск, 2021 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Школа здоровья» 1-4 классы разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ в действующей редакции;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС ООО), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2010 № 1897 в действующей редакции;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» от 28.09.2020 № 28;
- Устав школы-интерната.

В школе-интернате обучаются дети с ОВЗ по нозологии НОДА. Дети, больные сколиозом, отличаются отставанием в физическом развитии, задержкой двигательных способностей, навыков и умений, отсутствием адаптации к физической нагрузке (вследствие освобождения от уроков физвоспитания в общеобразовательной школе). Они медленнее здоровых детей усваивают учебную программу, у них замедлена моторика речи и письма, расстроена координация движений, слабо выражены двигательные умения и навыки, замедлена нервная реакция. У детей, имеющих диспластический генез заболевания, очень часто встречаются быстро прогрессирующая миопия (близорукость), со стороны ЦНС - энурезы, дефекты речи, вегето-сосудистые дистонии; со стороны сердечно-сосудистой системы - пролапсы клапанов, ложные хорды, со стороны системы дыхания - гипервентиляционный синдром, трахеобронхиальные дисплазии, у детей имеет место висцероптоз (опущение внутренних органов), аномалии развития внутренних органов.

Программа курса построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Цель программы: создание условий для сохранения здоровья обучающихся во всех формах его проявления, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

Задачи:

- формирование представления об основных факторах и «законах» здоровья, взаимовлиянии природы и человека друг на друга;
- подведение обучающихся к пониманию особенностей организма человека и его возможностей;
- воспитание бережного отношения к здоровью и понимания необходимости ведения здорового образа жизни;
- формирование компетенции в сфере безопасности жизнедеятельности.

Класс	Количество часов в неделю, на уровень	Формы работы	Формы промежуточной аттестации
5	0,5/17	занятие	Лист достижений в портфолио
6	0,6/22,4	занятие	Лист достижений в портфолио

7	0,66/22,4 (7В 2/68)	занятие	Лист достижений в портфолио
8	0,33/11,2	занятие	Лист достижений в портфолио
9	0,33/11,2	занятие	Лист достижений в портфолио
	Итого: **84,2**		

Планируемые личностные и метапредметные результаты освоения курса

Личностные результаты:

- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
- чувство гордости отечественными спортивными достижениями;
- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
- основа для развития чувства прекрасного через представления о физической красоте человека и ее совершенствовании в активной жизнедеятельности;
- приобщение к красоте родной природы;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений.
  -увлеченность спортом, сознательное отношение к своему здоровью;
  -бережное отношение к окружающей среде, сформированность установок на заботу об экологии.

Метапредметные результаты

- понимать необходимость рациональной организации режима дня, организации рабочего места;
- принимать и сохранять познавательные задачи, в т.ч. практические;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия ее реализации;
- осуществлять контроль за правилами выполнения оздоровительных действий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок;
- осуществлять поиск информации с использованием различных источников (включая пространство Интернета) и запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе;
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;
- ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать мнения партнеров по команде;
- отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;
  -контролировать свои действия в коллективной работе, соблюдать правила взаимодействия.

Обучающиеся получит возможность научиться:

-ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические
особенности;

- осуществлять контроль физического развития, используя тесты для определения уровня развития физических и психических качеств;
- проводить самоанализ выполняемых заданий и по ходу действий вносить необходимые коррективы, учитывая характер сделанных ошибок;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях.

Формы организации работы с обучающимися:

Коллективная работа

Работа в группах, парах

Индивидуальная работа

Формы и виды деятельности:

- Беседа;
- Устный журнал
- Игра: познавательная, развивающая; сюжетно-ролевая
- Экскурсии
- Практическая работа: КТД, проекты, участие в акциях, конкурсах, викторинах

Содержание курса внеурочной деятельности «Школа здоровья» 5-9 класса

Программа реализуется по группам классов 5-6, 7-8, 9 по разделам

№ п/п	Наименование раздела	5 класс Всего часов	6 класс Всего часов	7 класс	7В класс	8 класс Всего часов	9 класс Всего часов
1.	Гигиена и инфекции	4	5,28	5,28	16	2,64	2,64
2.	Основы личной безопасности и предупреждение травматизма	1,5	2	2	6	1	1
3.	Питание и здоровье	3	3,96	3,96	12	1,98	1,98
4.	Самопознание	2	2,64	2,64	8	1,32	1,32
5.	Я и другие	2	1,94	1,94	10	0,97	0,97
6.	Профилактика вредных привычек	2,5	3,3	3,3	10	1,65	1,65
7.	Культура потребления медицинских услуг	2	3,3	3,3	6	1,65	1,65
	ВСЕГО:	17	22,4	22,4	68	11,2	11,2