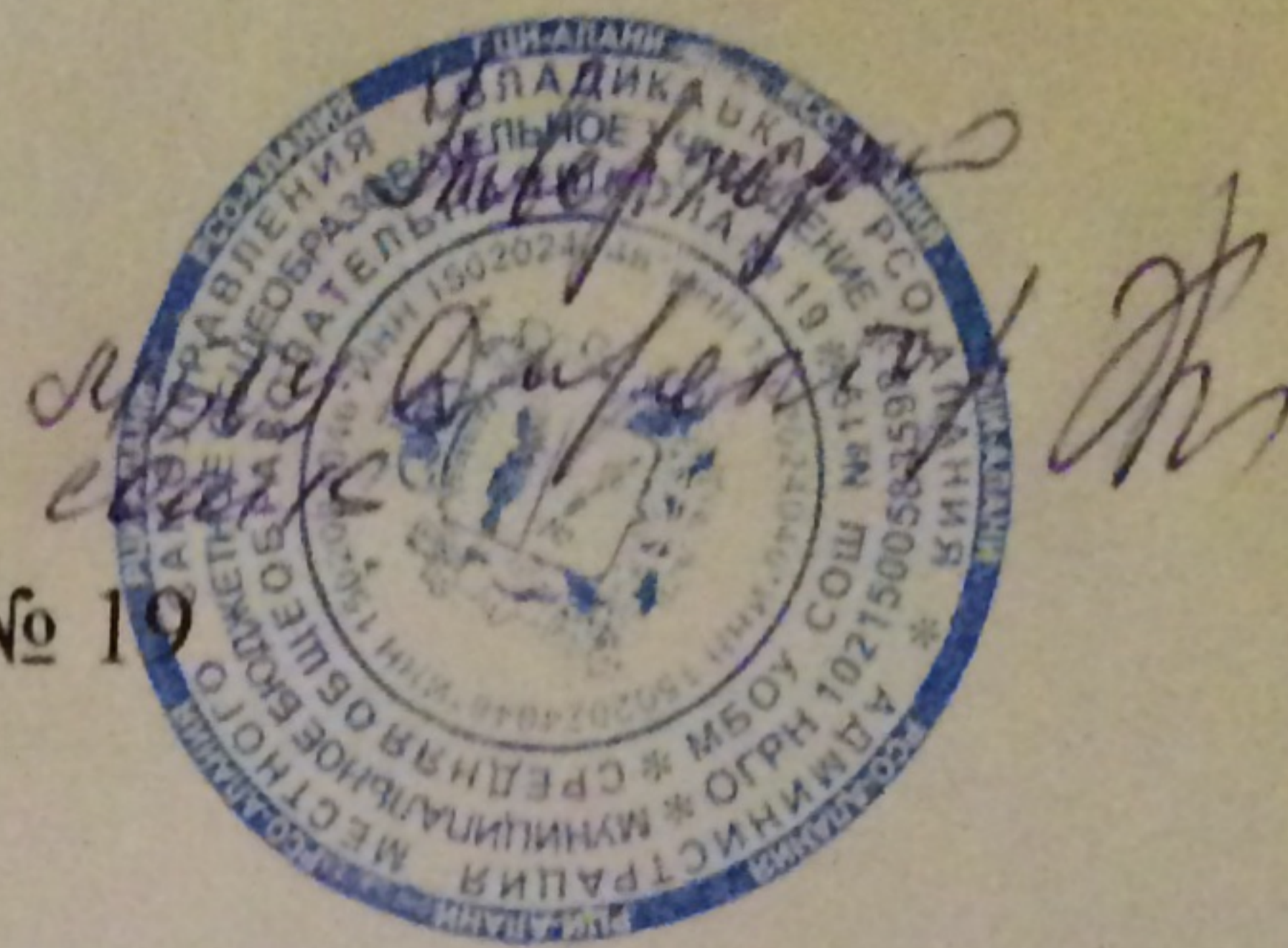


МБОУ СОШ № 19



Спортивно- оздоровительное направление

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

кружка « **Юный спортсмен** »

учителя

начальных классов

Солошвили М.М.

2017-2018 г.

ПРОГРАММА СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО НАПРАВЛЕНИЯ

«Юный спортсмен»

Пояснительная записка

1. Введение

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.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПиН, СанПиН 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях»;

1.2. Цели и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностноориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

1. формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
2. развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
3. обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

1. Формирование:

представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие; навыков конструктивного общения; потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

2. Обучение:

1. осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
2. правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;

3. элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
4. упражнениям сохранения зрения.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в МОУ «Средняя общеобразовательная школа №19»,

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 № 19 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.

Не менее значимым при развитии здоровьесберегающей среды учреждения является состояние и перспективы обогащения материально-технической базы наглядными пособиями, техническими средствами обучения, а также обеспечение и поддержка состояния комфортности среды

школьных помещений, в которых дети проводят значительную часть дня. Воздушно – тепловой и световой режим соответствует требованиям СанПиНа.

3.3.

3.4. Особенности реализации программы внеурочной деятельности: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 35 минут.

Занятия проводятся в специально оборудованном учебном кабинете (игровая). Курс ведёт классный руководитель /или другой учитель /

Организация занятий предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся.

3.5. Количество часов программы внеурочной деятельности и их место в учебном плане

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» предназначен для обучающихся 1-4 классов, с учётом реализации её учителями начальных классов, занимающихся вопросами обучения здоровому образу жизни с детьми в возрасте от 6 до 11 лет. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1-4 классы по 33 часа в год.

В содержании программы перечисленные разделы возобновляются на протяжении четырех лет, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, закреплению социально одобряемой модели поведения обучающихся.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» 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.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» состоит из четырёх частей:

1. 1 класс «Первые шаги к здоровью»: первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.
2. 2 класс «Если хочешь быть здоров»: культура питания и этикет, понятие об иммунитете, закаливающие процедуры, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края.
3. 3 класс «По дорожкам здоровья»: интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, понятие о микробах, вредные привычки и их профилактика, применение лекарственных растений в профилактических целях.
4. 4 класс «Я, ты, он, она - мы здоровая семья»: формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена школьной одежды, профилактика вредных привычек, культура эмоций и чувств.

Содержание программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» отражает социальную, психологическую и соматическую характеристику здоровья. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

3.6. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и

применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» является формирование следующих умений:

- **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 по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- **Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.**
- **Проговаривать** последовательность действий на уроке.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить **работать** по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на уроке.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации: **ориентироваться** в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- 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).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

3. Коммуникативные УУД:

- Умение 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.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

2. осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
3. социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

3.7. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен» обучающиеся должны **знать**:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;

- свои права и права других людей;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

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

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен», 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.

Социально одобряемая модель поведения 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.

формы проведения занятия и виды деятельности	тематика
игры	Мы весёлые ребята , быть здоровыми хотим , все болезни победим “Я б в спасатели пошел” «Остров здоровья» «Состояние экологии и её влияние на организм человека»
беседы	Полезные и вредные продукты Гигиена правильной осанки «Доброречие» Мой внешний вид –залог здоровья Как питались в стародавние времена и питание нашего времени Мода и школьные будни Как защититься от простуды и гриппа
тесты и анкетирование	Чему мы научились за год. «Правильно ли вы питаетесь?» Чему мы научились и чего достигли«Что мы знаем о здоровье» «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни» «Мои отношения к одноклассникам» «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»
круглые столы	«Как сохранять и укреплять свое здоровье» Мир моих увлечений
школьные конференции	В мире интересного
просмотр тематических видеофильмов	«Как сохранить и укрепить зрение» «Быстрое развитие памяти» «Человек» «Мышление и мы» Клещевой энцефалит Вредные и полезные растения.
экскурсии	«Сезонные изменения и как их принимает человек» «Природа – источник здоровья» «У природы нет плохой погоды»
дни здоровья, спортивные мероприятия	«Дальше, быстрее, выше» «Хочу остаться здоровым» . «За здоровый образ жизни»
конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок	В здоровом теле здоровый дух «Моё настроение» Вредные и полезные растения. Выставка рисунков «Какие чувства вызвала музыка» «Продукты для здоровья» «Мы за здоровый образ жизни» «Нет курению!» Выпуск плакатов «Продукты для здоровья»
решение ситуационных задач	Культура питания. Этикет. Лесная аптека на службе человека Вредные привычки
театрализованные представления, кукольный театр	Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк» Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр» Спектакль С. Преображенский «Капризка»

	Спектакль «Спешите делать добро»
участие в городских конкурсах «Разговор о правильном питании»	«Разговор о правильном питании» «Вкусные и полезные вкусы» «Хлеб всему голова» «Что даёт нам море»

использовать средства профилактики ОРЗ, СРВИ, клещевой энцефалит;
определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
заботиться о своем здоровье;
находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
применять коммуникативные и презентационные навыки;
использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
находить выход из стрессовых ситуаций;
принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
отвечать за свои поступки;
отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

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

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Юный спортсмен», 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.

Социально одобряемая модель поведения 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.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН **«Юный спортсмен»** **1 класс**

«Первые шаги к здоровью»

Цель: первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.

Категория слушателей: обучающиеся 1 класса

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю, 33 часа в год

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	В том числе		Форма контроля
			лекции	практи- ческие занятия	
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	3	праздник
II	Питание и здоровье	5	3	2	викторина
III	Моё здоровье в моих руках	7	3	4	Викторина
IV	Я в школе и дома	6	3	3	Игра - викторина
V	Чтоб забыть про докторов	4	1	3	Круглый стол
VI	Я и моё ближайшее окружение	3	1	2	Ролевая игра
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2	2	Диагностика
	Итого:	33	14	19	

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН **1 класс**

«Первые шаги к здоровью»

Цель: первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.

Категория слушателей: обучающиеся 1 класса

Срок обучения: 1 года

Режим занятий: 1 час в неделю(33 часа)

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	В том числе		
			лекции	выездные занятия, стажировки, деловые игры	
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	1	2
1.1	Дорога к доброму здоровью	1			1
1.2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке	1			1
1.3	В гостях у Мойдодыра Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр»	1	1		
1.4	Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»	1		1	
II	Питание и здоровье	5	3		2
2.1	Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники»	1	1		
2.2	Культура питания Приглашаем к чаю	1			1
2.3	Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)	1	1		
2.4	Как и чем мы питаемся		1		
2.5	Красный, жёлтый, зелёный	1			1
III	Моё здоровье в моих руках	7	3		4
3.1	Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим	1	1		
3.2	Полезные и вредные продукты.	1	1		
3.3	Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк»	1	1		
3.4	Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	1			1
3.5	Как обезопасить свою жизнь	1			1
3.6	<u>День здоровья</u> «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим»	1			1

3.7	В здоровом теле здоровый дух	1			1
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6	3		3
4.1	Мой внешний вид –залог здоровья	1	1		
4.2	Зрение – это сила	1	1		
4.3	Осанка – это красиво	1			1
4.4	Весёлые перемены	1			1
4.5	Здоровье и домашние задания	1	1		
4.6	Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим , все болезни победим	1			1
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4	1		3
5.1	“Хочу остаться здоровым”.	1	1		
5.2	Вкусные и полезные вкусоности	1			1
5.3	<u>День здоровья</u> «Как хорошо здоровым быть»	1			1
5.4	«Как сохранять и укреплять свое здоровье»	1			1
VI	<i>Я и моё ближайшее окружение</i>	3	2		1
6.1	Моё настроение Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение»	1	1		
6.2	Вредные и полезные привычки	1	1		
6.3	“Я б в спасатели пошел”	1			1
VII	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	4	2		2
7.1	Опасности летом (просмотр видео фильма)	1	1		
7.2	Первая доврачебная помощь	1			1
7.3	Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка»	1	1		
7.4	Чему мы научились за год.	1			1
	Итого:	33	15	1	17

Календарно – тематический план кружка «Юный спортсмен»

1 класс

«Первые шаги к здоровью»

Цель:

первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.

Категория слушателей: обучающиеся 1 класса

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю(33 часа)

№ п/п	Тема	Дата
	Введение «Вот мы и в школе».	
	Практическое занятие .Дорога к доброму здоровью	
	Практическое занятие .Здоровье в порядке- спасибо зарядке	
	В гостях у Мойдодыра Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр»	
	Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»	
	Питание и здоровье	
	Витаминная тарелка на каждый день. Конкурс рисунков «Витамины наши друзья и помощники»	
	Практическое занятие .Культура питания Приглашаем к чаю	
	Ю.Тувим «Овощи» (кукольный театр умеем ли мы правильно питаться)	
	Как и чем мы питаемся	
	викторина .Красный, жёлтый, зелёный	
	Моё здоровье в моих руках	
	Соблюдаем мы режим , быть здоровыми хотим	
	Полезные и вредные продукты.	
	Кукольный театр Стихотворение «Ручеёк»	
	Экскурсия «Сезонные изменения и как их принимает человек»	
	Как обезопасить свою жизнь Практическое занятие	
	День здоровья «Мы болезнь победим быть здоровыми хотим» Практическое занятие	
	В здоровом теле здоровый дух Практическое занятие	
	Я в школе и дома	
	Мой внешний вид –залог здоровья	
	Зрение – это сила	
	Осанка – это красиво Практическое занятие	

	Весёлые перемены Практическое занятие	
	Здоровье и домашние задания	
	Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим , все болезни победим Игра- викторина	
	Чтоб забыть про докторов	
	“Хочу остаться здоровым”.	
	Вкусные и полезные вкусы Практическое занятие	
	<u>День здоровья</u> «Как хорошо здоровым быть» Практическое занятие	
	«Как сохранять и укреплять свое здоровье» круглый стол	
	Я и моё ближайшее окружение	
	Моё настроение Передай улыбку по кругу. Выставка рисунков «Моё настроение» день вежливости	
	Вредные и полезные привычки	
	“Я б в спасатели пошел” Ролевая игра	
	«Вот и стали мы на год взрослых»	
	Опасности летом (просмотр видео фильма)	
	Первая доврачебная помощь Практическое занятие	
	Вредные и полезные растения. Кукольный театр: Русская народная сказка «Репка»	
	Чему мы научились за год. диагностика	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

«Юный спортсмен»

2 класс

«Если хочешь быть здоров»

Цель: культура питания и этикет, понятие об иммунитете, закаливающие процедуры, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края.

Категория слушателей: обучающиеся 2 класса

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю(34 часа)

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	В том числе		Форма контроля
			лекции	практи- ческие занятия	
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	3	КВН
II	Питание и здоровье	5	3	2	викторина
III	Моё здоровье в моих руках	7	3	2	За круглым столом
IV	Я в школе и дома	6	3	3	КВН

V	Чтоб забыть про докторов	4	1	3	«Разговор о правильном питании» городской конкурс
VI	Я и моё ближайшее окружение	4	2	2	Школьная научно – практическая конференция
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2	2	Диагностика
	Итого:	34	16	18	

2 класс

«Если хочешь быть здоров»

Цель: культура питания и этикет, понятие об иммунитете, закаливающие процедуры, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края.

Категория слушателей: обучающиеся 2 классов

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю (34часа)

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	В том числе		
			лекции	выездные занятия, стажировки, деловые игры	практи-ческие занятия
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1		2
1.1	Что мы знаем о ЗОЖ	1			1
1.2	По стране Здоровейке	1			1
1.3	В гостях у Мойдодыра	1	1		
1.4	Я хозяин своего здоровья	1			1
II	Питание и здоровье	5	3		2
2.1	Правильное питание – залог здоровья Меню из трех блюд на всю жизнь.	1	1		
2.2	Культура питания. Этикет.	1			1
2.3	Спектакль «Я выбираю кашу»	1	1		
2.4	«Что даёт нам море»		1		
2.5	Светофор здорового питания	1			1
III	Моё здоровье в моих руках	7	4		3
3.1	Сон и его значение для здоровья человека	1	1		
3.2	Закаливание в домашних условиях	1	1		
3.3	<u>День здоровья</u>	1	1		

	«Будьте здоровы»				
3.4	Иммунитет	1			1
3.5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1			1
3.6	Спорт в жизни ребёнка.	1	1		
3.7	Слагаемые здоровья	1			1
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6	3		3
4.1	Я и мои одноклассники	1	1		
4.2	Почему устают глаза?	1	1		
4.3	Гигиена позвоночника. Сколиоз	1			1
4.4	Шалости и травмы	1			1
4.5	«Я сажусь за уроки» Переутомление и устомление	1	1		
4.6	Умники и умницы	1			1
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4	1		3
5.1	С. Преображенский «Огородники»	1	1		
5.2	Как защитить себя от болезни.(Выставка рисунков)	1			1
5.3	<u>День здоровья</u> «Самый здоровый класс»	1			1
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусоности	1			1
VI	<i>Я и моё ближайшее окружение</i>	4	2		2
6.1	Мир эмоций и чувств.	1	1		
6.2	Вредные привычки	1	1		
6.3	«Веснянка»	1			1
6.4	В мире интересного	1			1
VII	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	4	2		2
7.1	Я и опасность.	1	1		
7.2	Чем и как можно отравиться. Кукольный	1			1

	спектакль А.Колобова «Красивые грибы»				
7.3	Первая помощь при отравлении	1	1		
7.4	Наши успехи и достижения	1			1
	Итого:	34	16		18

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

«Юный спортсмен»

3 класс

«По дорожкам здоровья»

Цель: интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, понятие о микробах, вредные привычки и их профилактика, применении лекарственных растений в профилактических целях.

Категория слушателей: обучающиеся 3 классов(34 часа).

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	В том числе		Форма контроля
			лекции	практические занятия	
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	3	праздник
II	Питание и здоровье	5	3	2	викторина
III	Моё здоровье в моих руках	7	3	4	
IV	Я в школе и дома	6	3	3	
V	Чтоб забыть про докторов	4	1	3	
VI	Я и моё ближайшее окружение	4	2	2	Соревнование
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2	2	Диагностика
	Итого:	34	16	18	

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

«Юный спортсмен»

3 класс

«По дорожкам здоровья»

Цель: интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, понятие о микробах, вредные привычки и их профилактика, применении лекарственных растений в профилактических целях.

Категория слушателей: обучающиеся 3 классов(34 часа)

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	В том числе		
			лекции	выездные занятия, стажировки, деловые игры	
					практические занятия

I	<i>Введение «Вот мы и в школе».</i>	4	1		2
1.1	«Здоровый образ жизни, что это?»	1			1
1.2	Личная гигиена	1			1
1.3	В гостях у Мойдодыра	1	1		
1.4	«Остров здоровья»	1			1
II	<i>Питание и здоровье</i>	5	3		2
2.1	Игра «Смак»	1	1		
2.2	Правильное питание –залог физического и психологического здоровья	1			1
2.3	Вредные микробы	1	1		
2.4	Что такое здоровая пища и как её приготовить		1		
2.5	«Чудесный сундучок»	1			1
III	<i>Моё здоровье в моих руках</i>	7	4		3
3.1	Труд и здоровье	1	1		
3.2	Наш мозг и его волшебные действия	1	1		
3.3	<u>День здоровья</u> «Хочу остаться здоровым»	1	1		
3.4	Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья.	1			1
3.5	Беседа “Как сохранять и укреплять свое здоровье”.	1			1
3.6	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	1	1		
3.7	«Моё здоровье в моих руках»	1			1
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6	3		3
4.1	Мой внешний вид –залог здоровья	1	1		
4.2	«Доброречие»	1	1		
4.3	Спектакль С. Преображнский «Капризка»	1			1
4.4	«Бесценный дар- зрение».	1			1
4.5	Гигиена правильной осанки	1	1		
4.6	«Спасатели , вперёд!»	1			1
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4	1		3
5.1	Шарль Перро «Красная шапочка»	1	1		
5.2	Движение это жизнь	1			1
5.3	<u>День здоровья</u> «Дальше, быстрее, выше»	1			1
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусоности	1			1

VI	<i>Я и моё ближайшее окружение</i>	4	2		2
6.1	Мир моих увлечений	1	1		
6.2	Вредные привычки и их профилактика	1	1		
6.3	Добро лучше , чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке»	1			1
6.4	В мире интересного.	1			
VII	<i>«Вот и стали мы на год взрослей»</i>	4	2		2
7.1	Я и опасность.	1	1		
7.2	Лесная аптека на службе человека	1			1
7.3	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	1	1		
7.4	Чему мы научились и чего достигли	1			1
	Итого:	34	16		18

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

«Юный спортсмен»

4 класс

«Я, ты, он, она - мы здоровая семья»

Цель: формирование чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена школьной одежды, профилактика вредных привычек, культура эмоций и чувств.

Категория слушателей: обучающиеся 4 класса

Срок обучения: 1год

Режим занятий: 1 час в неделю

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	В том числе		Форма контроля
			лекции	практи- ческие занятия	
I	Введение «Вот мы и в школе».	4	1	3	Круглый стол
II	Питание и здоровье	5	3	2	КВН
III	Моё здоровье в моих руках	7	4	3	Викторина
IV	Я в школе и дома	6	3	3	Игра- викторина
V	Чтоб забыть про докторов	4	1	3	«Разговор о правильном питании»
VI	Я и моё ближайшее окружение	4	2	2	Научно- практическая конференция
VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2	2	Диагностика Книга здоровья
	Итого:	34	16	18	

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
«Юный спортсмен»
4 класс

«Я, ты, он, она - мы здоровая семья»

Цель: формирование чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена школьной одежды, профилактика вредных привычек, культура эмоций и чувств.

Категория слушателей: обучающиеся 4 классов

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	В том числе		
			лекции	выездные занятия, стажировки, деловые игры	
I	<i>Введение «Вот мы и в школе».</i>	4	1		3
1.1	«Здоровье и здоровый образ жизни»	1			1
1.2	Правила личной гигиены	1			1
1.3	Физическая активность и здоровье	1	1		
1.4	Как познать себя	1			1
II	<i>Питание и здоровье</i>	5	3		2
2.1	Питание необходимое условие для жизни человека	1	1		
2.2	Здоровая пища для всей семьи	1			1
2.3	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	1	1		
2.4	Секреты здорового питания. Рацион питания		1		
2.5	«Богатырская силушка»	1			1
III	<i>Моё здоровье в моих руках</i>	7	4		3
3.1	Домашняя аптечка	1	1		
3.2	«Мы за здоровый образ жизни»	1	1		
3.3	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	1	1		

3.4	«Береги зрение с молодую».	1			1
3.5	Как избежать искривления позвоночника	1			1
3.6	Отдых для здоровья	1	1		
3.7	Умеем ли мы отвечать за своё здоровье	1			1
IV	<i>Я в школе и дома</i>	6	3		3
4.1	«Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»	1	1		
4.2	«Класс не улица ребята И запомнить это надо!»	1	1		
4.3	Кукольный спектакль «Спешите делать добро»	1			1
4.4	Что такое дружба? Как дружить в школе?	1			1
4.5	Мода и школьные будни	1	1		
4.6	Делу время , потехе час.	1			1
V	<i>Чтоб забыть про докторов</i>	4	1		3
5.1	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	1	1		
5.2	<u>День здоровья</u> «За здоровый образ жизни»С.	1			1
5.3	Кукольный спектакль Преображенский «Огородники»	1			1
5.4	«Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусы	1			1
VI	<i>Я и моё ближайшее окружение</i>	4	2		2
6.1	Размышление о жизненном опыте	1	1		
6.2	Вредные привычки и их профилактика	1	1		
6.3	Школа и моё настроение	1			1
6.4	В мире интересного.	1			

VII	«Вот и стали мы на год взрослей»	4	2		2
7.1	Я и опасность.	1	1		
7.2	Игра «Мой горизонт»	1			1
7.3	Гордо реет флаг здоровья	1	1		
7.4	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»	1			1
	Итого:	34	16		18

Критерии оценки знаний, умений и навыков.

Низкий уровень: удовлетворительное владение теоретической информацией по темам курса, умение пользоваться литературой при подготовке сообщений, участие в организации выставок, элементарные представления об исследовательской деятельности, пассивное участие в семинарах.

Средний уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по курсу, умение систематизировать и подбирать необходимую литературу, проводить исследования и опросы, иметь представление о учебно-исследовательской деятельности, участие в конкурсах, выставках, организации и проведении мероприятий.

Высокий уровень: свободное владение теоретической информацией по курсу, умение анализировать литературные источники и данные исследований и опросов, выявлять причины, подбирать методы исследования, проводить учебно-исследовательскую деятельность, активно принимать участие в мероприятиях, конкурсах, применять полученную информацию на практике.

Оценка результатов проводится по 5-бальной системе:

По каждому качеству (критерию) выводиться одна среднеарифметическая оценка.

В результате каждый ученик имеет 6 оценок.

5 – всегда

4 – часто

3 – редко

2 - никогда

1- у меня другая позиция

Затем 6 оценок складываются и делятся на 6. Средний балл и является условным определителем уровня воспитанности. Средний балл: 5 – 4, 5 – высокий уровень, 4, 4 – 4 – хороший уровень,

3, 9 – 2,9 – средний уровень, 2,8 – 2 – низкий уровень.

Сводный лист данных изучения уровня воспитанности учащихся 1 класса

№ п/п	Фамилия, имя	Любознательность	Трудолюбие	Бережное отношение к природе	Мое отношение к школе	Красивое в моей жизни	Как я отношусь к себе	Средний балл	Уровень воспитанности
1.	Мамедов Алахверан	4	3	4	3	3	3	3,3	с
2.	Тиникашвили Эвелина	4	3	4	3	3	4	3,5	с
3.	Цамалаидзе Даниел	5	5	5	5	5	5	5	в
4.	Цамалаидзе Павел	5	5	5	5	5	5	5	в
5.	Цамалаидзе Тимофей	5	5	5	5	5	5	5	в

В классе 5 учеников:

3 - имеют высокий уровень воспитанности (в)

0 - имеют хороший уровень воспитанности (х)

2 - имеют средний уровень воспитанности (с)

0 - имеют низкий уровень воспитанности (н)

Классный руководитель: Солошвили М. М.

20.05.2016 г.

Сводный лист данных изучения уровня воспитанности учащихся 3 класса

№ п/п	Фамилия, имя	Любознательность	Трудолюбие	Бережное отношение к природе	Мое отношение к школе	Красивое в моей жизни	Как я отношусь к себе	Средний балл	Уровень воспитанности
1.	Аладашвили Диана	5	4	5	4	4	5	4,5	в
2.	Гурцишвили Ника	4	4	4	3	3	4	4,1	х

В классе 2 ученика:

1 - имеют высокий уровень воспитанности (в)

1 - имеют хороший уровень воспитанности (х)

0 - имеют средний уровень воспитанности (с)

0 - имеют низкий уровень воспитанности (н)

Классный руководитель: Солошвили М. М.

20.05.2016 г.

Сводный лист данных изучения уровня воспитанности учащихся 2 класса

№ п/п	Фамилия, имя	Любознательность	Трудолюбие	Бережное отношение к природе	Мое отношение к школе	Красивое в моей жизни	Как я отношусь к себе	Средний балл	Уровень воспитанности
1.	Мамедов Алахверан	4	3	4	3	3	3	3,3	с
2.	Тиникашвили Эвелина	4	3	4	3	3	4	3,5	с
3.	Цамалаидзе Даниел	5	4	5	5	5	5	4,8	в
4.	Цамалаидзе Павел	5	5	5	5	5	5	5	в
5.	Цамалаидзе Тимофей	5	5	5	4	5	5	4,8	в

В классе 5 учеников:

3 - имеют высокий уровень воспитанности (в)

0 - имеют хороший уровень воспитанности (х)

2 - имеют средний уровень воспитанности (с)

0 - имеют низкий уровень воспитанности (н)

Классный руководитель: Солошвили М. М.

19.05.2017 г.

Сводный лист данных изучения уровня воспитанности учащихся 4 класса

№ п/п	Фамилия, имя	Любознательность	Трудолюбие	Бережное отношение к природе	Мое отношение к школе	Красивое в моей жизни	Как я отношусь к себе	Средний балл	Уровень воспитанности
1.	Аладашвили Диана	5	4	5	4	4	5	4,5	в
2.	Гурцишвили Ника	4	3	4	3	3	4	3,5	с

В классе 2 ученика:

1 - имеют высокий уровень воспитанности (в)

0 - имеют хороший уровень воспитанности (х)

1 - имеют средний уровень воспитанности (с)

0 - имеют низкий уровень воспитанности (н)

Классный руководитель: Солошвили М. М.

19.05.2017 г.

Сводный лист данных изучения уровня воспитанности учащихся 1 класса

№ п/п	Фамилия, имя	Любознательность	Трудолюбие	Бережное отношение к природе	Мое отношение к школе	Красивое в моей жизни	Как я отношусь к себе	Средний балл	Уровень воспитанности
1.	Геладзе Елисабед								
2.	Джамрашвили Анна								
3.	Киладзе Давид								
4.	Монаселидзе Илия								
5.	Музашвили Саба								
6.	Циклаури Георгий								

В классе 6 учеников:

0 - имеют высокий уровень воспитанности (в)

0 - имеют хороший уровень воспитанности (х)

0 - имеют средний уровень воспитанности (с)

0 - имеют низкий уровень воспитанности (н)

Классный руководитель: Солошвили М. М.

2018 г.

Сводный лист данных изучения уровня воспитанности учащихся 3 класса

№ п/п	Фамилия, имя	Любознательность	Трудолюбие	Бережное отношение к природе	Мое отношение к школе	Красивое в моей жизни	Как я отношусь к себе	Средний балл	Уровень воспитанности
1.	Тиникашвили Эвелина								
2.	Цамалаидзе Даниел								
3.	Цамалаидзе Павел								
4.	Цамалаидзе Тимофей								

В классе 4 ученика:

0 - имеют высокий уровень воспитанности (в)

0 - имеют хороший уровень воспитанности (х)

0 - имеют средний уровень воспитанности (с)

0 - имеют низкий уровень воспитанности (н)

Классный руководитель: Солошвили М. М.

2018 г.