

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 88**

---

426000, г.Ижевск, ул.Пушкинская, 285; тел/факс 72-74-92; email:sc188@inbox.ru;ИНН 1831051285

Рассмотрено на заседании  
методического объединения  
Протокол № 5 от 29.08.2022

Составлена на основе ФГОС ООО

Утверждено приказом директора  
МБОУ СОШ № 88:  
№ 147-А от 29 .08.2022

Рабочая программа по внеурочной деятельности  
для 8 класса

Ижевск  
2022-2023

## 1. Пояснительная записка

Человек, прежде всего, хочет понимать мир, в котором живёт, и своё место в этом мире. Каждый из нас в какой-то момент оказывается перед вопросом – что делать дальше, какой жизненный путь избрать? И, каким бы трудным и неразрешимым этот вопрос не казался, всё равно, в конце концов, выбор осуществляется, если не сознательно, то под давлением внешних обстоятельств. Но, нужно заметить, что прежде чем серьёзно и ответственно браться за решение вопроса – что мне делать?, необходимо найти ответ на другой – кто я, что такое я?

Надо разобраться во всём, что непосредственно определяет нашу личность, придаёт ей черты особенные, в совокупности неповторимые.

Поиск совместно с детьми нравственных образцов духовной культуры, культуры деятельности, выработка на этой основе собственных ценностей, норм и законов жизни составляют содержание работы педагога. Важным является умение школьника решать реальные жизненные проблемы, опираясь на свой жизненный опыт и учитывая контекст современной культуры.

В настоящее время престиж педагогической профессии имеет тенденцию к стремительному падению. Это выражается, с одной стороны, в интенсивном оттоке преподавателей из образовательных учреждений. С другой стороны, уменьшается количество выпускников педагогических учебных заведений, намеренных работать по полученной специальности. Такая сложная ситуация связана, в первую очередь, со сложившейся в нашей стране непростой социально-экономической обстановкой.

Однако сегодня для общества становится все более очевидным, что улучшение жизни связано с деятельностью системы образования. Неслучайно XXI век – век образования – выдвигает в качестве главной общественной фигуры фигуру учителя, но учителя, который отвечал бы современным запросам нашего общества. Поэтому так пристально внимание к его деятельности, а соответственно и подготовке.

Основным элементом программы является решение обучающимися практических психолого-педагогических задач, в процессе чего они учатся наблюдать, сравнивать, классифицировать, группировать, делать выводы, выяснять закономерности.

Основными ценностями, на осуществление которых направлена реализация настоящей программы, являются: доброта, любовь, нравственная ответственность за судьбу родного села, школы; свободное самоопределение личности в ценностном пространстве педагогической деятельности; личная ответственность обучающихся за построение собственной жизни.

Основанием для выбора обучающимися данного курса будут являться их жизненные планы, склонности и интересы к работе с детьми.

Реализация программы курса предполагается в виде теоретических и практических занятий, ролевых игр, тренингов общения.

Итоговая зачётная работа может быть представлена в виде группового или индивидуального проекта.

### **«Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие» (8 класс, 17 часов)**

#### Учебно-тематический план

Наименование разделов и тем	Кол-во часов		
	Всего часов	Теория	ЛПЗ
<b>Раздел 1. Медико-биологические и социальные основы здоровья.</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>2</b>
Тема 1.1. Мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка в условиях семьи, ДОУ и СОШ	1	1	-

Тема 1.2. Требования к режиму дня дошкольников и младших школьников.	2	1	1
Тема 1.3. Формирование осанки у детей дошкольного и младшего школьного возраста.	2	1	1
Тема 1.4. Организация и методика проведения закаливания с учетом возраста.	1	1	-
Тема 1.5. Детские болезни и их профилактика. Способы контроля за состоянием здоровья детей.	1	1	-
<b>Раздел 2. Основы физического воспитания и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
Тема 2.1. Цели и задачи физического воспитания и развития детей. Методы и приемы, используемые в работе с детьми с учетом возраста.	2	1	1
Тема 2.2. Организация и методика проведения утренней гимнастики с детьми в семье и ДОУ, ШЛЛ.	2	1	1
Тема 2.3. Организация и методика проведения занятий по физическому воспитанию с учетом возраста детей.	2	1	1
Тема 2.4. Подвижные и спортивные игры, методика их проведения.	2	1	1
Тема 2.5. Предупреждение травматизма в быту, на занятиях, на улице. Доврачебная помощь при несчастном случае.	1	1	-
<b>Контроль: деловая игра</b>	1	-	1
<b>Общее количество часов:</b>	<b>17</b>	<b>10</b>	<b>7</b>

При изучении общепрофессиональной дисциплины «**Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребёнка и его физического развитие**» учащиеся знакомятся с:

- особенностями планирования режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон) и мероприятиями двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников);
- теоретическими основами режима дня в ДОУ, семье, СОШ, ШЛЛ;
- организацией и проведением умывания, одевания, питания, сна в соответствии с возрастом;
- теоретическими основами двигательной активности;
- особенностями детского травматизма и его профилактикой;
- требованиями к организации безопасной среды в условиях ДОУ, домашних условиях и начальной школе;
- требованиями к хранению спортивного инвентаря и оборудования, методикой их использования;
- наиболее распространенными детскими болезнями и их профилактикой.

Приобретают умения:

- организовывать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательного учреждения;
- создавать педагогические условия проведения умывания, одевания, питания, организации сна в соответствии с возрастом;
- проводить мероприятия двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) с учетом возрастных

особенностей детей и санитарно-гигиенических норм;

– проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения на пригодность использования в работе с детьми;

– использовать спортивный инвентарь и оборудование в ходе образовательного процесса;

– показывать детям физические упражнения, ритмические движения под музыку;

– следить за состоянием здоровья, изменениями в самочувствии каждого ребенка в период выполнения физических упражнений.

Данная общепрофессиональная дисциплина направлена на формирование основ общих и профессиональных компетенций, способствующих профессиональному самоопределению, осознанному выбору профессии «Помощник воспитателя» в дошкольной образовательной организации и начальной школе.

При организации учебных занятий рекомендуется использование фронтальных, групповых и индивидуальных форм работы учащихся. При изложении программного материала использовать активные и интерактивные методы обучения, информационно-коммуникационные, развивающие, практико-ориентированные технологии, деловые и ролевые игры, анализ педагогических ситуаций, групповые дискуссии.

В ходе организации внеаудиторной работой для формирования и развития общих компетенций обучающимся предлагается выполнение поисковых и творческих работ: поиск информации из источников литературы, написание сценариев для организации физкультурно-оздоровительных мероприятий детей в ДОУ и СОШ.

Использование разнообразных форм и методов обучения будет способствовать активизации процесса профессионального самоопределения, формированию профессионально важных качеств личности: логического мышления, памяти, внимания, наблюдательности, развитию организаторских и коммуникативных способностей, умению планировать выполнение рабочего задания и умению организовать свой рабочий день и свое рабочее место, самоконтролю, самооценке.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **РАЗДЕЛ 1. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВЬЯ.**

#### **Тема 1.1 Мероприятия, направленные на укрепление здоровья ребенка в условиях семьи, ДОУ, СОШ, ШЛЛ**

Основные задачи физического воспитания и укрепления здоровья. Двигательная активность детей. Формирование двигательных навыков и умений. Формирование культурно – гигиенических навыков. Формирование навыков и культуры еды и питания у детей. Рациональное питание – основа здоровья.

#### **Тема 1.2. Требования к режиму дня дошкольников и младших школьников.**

Режим ребенка в семье, дошкольном учреждении и начальной школе. Организация прогулки и двигательная активность. Организация сна. Организация деятельности детей во второй половине дня. Приготовление блюд детского питания. Составление меню и режима питания. Подготовка и сервировка стола.

#### **Лабораторно - практическое занятие.**

- Составить меню на один день. Обсудить в группах.

#### **Тема 1.3. Формирование осанки у детей дошкольного и младшего школьного возраста.**

Формирование осанки детей один из важных аспектов физического развития и здоровья дошкольников и младших школьников. Требование к посадке. Значение физкультминуток на учебных занятиях в ДОУ и начальной школе. Подбор и использование корректирующих упражнений на занятиях.

**Лабораторно – практическое занятие.**

- Проведение физкультминутки на учебном занятии (математика, русский язык, чтение, ИЗО и др.). Анализ.

**Тема 1.4. Организация и методика проведения закаливания с учетом возраста детей.**

Закаливание организма. Требования к воздушным, солнечным и водным процедурам. Подбор физических упражнений для воздушных и солнечных ванн, водных процедур Организация и методика проведения закаливания в ДОУ и семье.

**Лабораторно – практическое занятие.**

- Составление комплекса упражнений по закаливанию (воздушные ванны, водные процедуры, солнечные ванны). Обсуждение в группах и анализ.

**Тема 1.5. Детские болезни и их профилактика. Способы контроля за состоянием здоровья детей.**

Профилактика детских простудных заболеваний: ОРВИ, ОРЗ, РВИ, грипп и др. Детские инфекционные болезни (паротит, краснуха, ветрянка) способы распространения и инкубационный период. Внимательно наблюдать за ребенком в процессе общения, выявлять болезненные состояния. Чуткое отношение помощника воспитателя к больному ребенку, наблюдение за состоянием здоровья.. Соблюдение санитарии и гигиены в помещении ДОУ и СОШ, личной гигиены.

**РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.**

**Тема 2.1. Цели и задачи физического воспитания и развития детей. Методы и приемы, используемые в работе с детьми с учетом возраста.**

Оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи по физическому воспитанию. Общая характеристика средств физического воспитания детей. Основные формы работы с дошкольниками и младшими школьниками. Методы обучения двигательным навыкам на занятиях и в повседневной жизни, на стадионе/участке и в спортивном зале.

**Лабораторно-практическое занятие.**

- Наблюдение и анализ физкультурного мероприятия.

**Тема 2.2. Организация и методика проведения утренней гимнастики с детьми.**

Подбор упражнений с учетом возраста и местом проведения. Одежда детей. Санитарно-гигиенические требования к месту проведения. Соблюдение нагрузки на все группы мышц, дозировка, дыхательная регуляция.

**Лабораторно-практическое занятие.**

- Деловая игра- проведение утренней гимнастики. Обсуждение. Анализ.

**Тема 2.3. Организация и методика проведения занятий по физическому воспитанию с учетом возраста детей.**

Обучение физическим упражнениям на занятиях. Требование к отбору основных видов движений по нагрузке на все группы мышц. Использование оборудования и спортивного инвентаря по назначению. Соблюдение техники безопасности.

**Лабораторно-практическое занятие.**

- Имитационная игра - фрагмент занятия по физкультуре. Обсуждение. Анализ.

**Тема 2.4. Подвижные и спортивные игры, методика их проведения.**

Виды подвижных игр по степени двигательной активности. Методика проведения подвижных игр с дошкольниками и младшими школьниками. Спортивные игры, методика их проведения с учетом возраста детей. Соблюдение мер по предупреждению травматизма.

**Лабораторно - практическое занятие.**

- Составить план-конспект проведения подвижной игры.

**Тема 2.5. Предупреждение травматизма в быту, на занятиях, на улице.**

**Доврачебная помощь при несчастном случае.**

Обучение детей правилам поведения при выполнении заданий на занятии, по труду, дежурствах, на дороге при переходе улицы. Показать как накладывать повязку, шину, обрабатывать рану.

**Лабораторно-практическое занятие.**

Деловая игра Доктор Айболит.