

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №68»

«ПРИНЯТО»

Решением педагогического совета
МБОУ «СОШ №68»

Протокол № 1 от «30» 08 201 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МБОУ «СОШ №68»
Демин А.М.

Приказ № 160 от «12» 08 201 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Курса внеурочной деятельности «Формирование
культуры здоровья»
(основное общее образование)
для 8-9 классов

Срок реализации:
2021/2022 учебный год

Составители:
Замдиректора по ВР Котова И.А.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Формирование культуры здоровья» для 8-9 классов составлена с учетом следующих нормативных документов и методических материалов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в последней редакции);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с последующими изменениями и дополнениями);
- Приказ Минпросвещения России от 28.08.2020 №442 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с последующими изменениями и дополнениями)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.3.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «СОШ №68» (утверждена приказом МБОУ «СОШ №68» от 30.08.2021 №160);
- Устав МБОУ «СОШ №68» (утвержден приказом комитета по образованию г. Барнаула от 31.08.2015 № 1428-осн)

Программа курса разработана в соответствии с аварской программой А.Г. Макеева («Формирование культуры здоровья» в 8-9 классе в объеме 1 час в неделю. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья. 7-8 классы/ А.Г.Макеева. – М.: Просвещение, 2013).

Программа предназначена для обучающихся 8-9 классов и рассчитана на 1 час в неделю: 35 часов в год в 8 классе и 34 часа в год в 9 классе.

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению 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 является умение

Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

Проговаривать последовательность действий на уроке.

Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

Делать предварительный отбор источников информации

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы группы.

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).

Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

Слушать и понимать речь других.

Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Предметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья,

- социальная адаптация детей, вовлечения в занятия оздоровительными практиками.

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

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Формирование культуры здоровья» состоит из 7 модулей:

1. «Питание»
2. «Физическая активность»
3. «Режим дня»
4. «Эффективная организация учебной деятельности»
5. «Профилактика раннего наркотизма»
6. «Гигиена»
7. «Взаимодействие с окружающими»

Формы проведения занятия и виды деятельности:

- игры, беседы, тесты, анкетирование, Круглые столы, экскурсии, Дни здоровья, конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок.

- викторины, творческие конкурсы, КВНы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Курса внеурочной деятельности «Формирование культуры здоровья» 8-9 классы

№ п/п	Тема	Количество часов
	8 класс	
1.	Модуль «Питание»	8
2.	Модуль «Физическая активность»	7
3.	Модуль «Режим дня»	7
4.	Модуль «Эффективная организация учебной деятельности»	5
5.	Модуль «Профилактика раннего наркотизма»	8
	Итого	35
	9 класс	
1.	Модуль «Питание»	6
2.	Модуль «Физическая активность»	5
3.	Модуль «Режим дня»	5
4.	Модуль «Эффективная организация учебной деятельности»	4
5.	Модуль «Профилактика раннего наркотизма»	6

6.	Модуль«Гигиена»	3
7.	Модуль«Взаимодействие с окружающими»	5
8.	Итого	34

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Курса внеурочной деятельности «Формирование культуры здоровья» 8-9 классы

8 класс		
№	Дата	Тема занятия
		Модуль «Питание»
1.		Питание – необходимое условие для жизни человека.
2.		Золотые правила питания.
3.		Проблемы здоровья, связанные с неправильным питанием
4.		Пищевые добавки в нашей жизни
5.		Пищевые добавки в нашей жизни
6.		Исследование «Почему нужен завтрак».
7.		Творческий проект «Классный завтрак»
8.		Творческий проект «Классный завтрак»
		Модуль «Физическая активность»
9.		История игр.
10.		Игры народов мира
11.		Игры народов мира
12.		Спортивный квест.
13.		Эстафета здоровья.
14.		«Движение и здоровье»
15.		«Движение и здоровье»
		Модуль «Режим дня»
16.		Сон – лучшее лекарство
17.		Неправильный режим дня и его последствия
18.		Режим дня в разное время года
19.		Секреты хорошего настроения
20.		Секреты хорошего настроения
21.		Творческое задание «Планируем день»
22.		Творческое задание «Планируем день»
		Модуль «Эффективная организация учебной деятельности»
23.		Правила успешной учёбы.
24.		Виды памяти
25.		Приёмы эффективного запоминания
26.		Аналитический тест
27.		Секреты Мнемозины
		Модуль «Профилактика раннего наркотизма»
28.		Сколько стоит капля никотина?
29.		Конкурс плакатов «Нет вредным привычкам»
30.		Конкурс плакатов «Нет вредным привычкам»
31.		Конкурс плакатов «Нет вредным привычкам»
32.		Пишем книгу рекордов.
33.		Пишем книгу рекордов.
34.		Кто отвечает за здоровье?
35.		Проект «Каникулы – дело серьёзное»
9 класс		
		Модуль «Питание»
1.		Питание – необходимое условие для жизни человека.
2.		Золотые правила питания.
3.		Проблемы здоровья, связанные с неправильным питанием
4.		Пищевые добавки в нашей жизни

5.		Исследование «Почему нужен завтрак».
6.		Творческий проект «Классный завтрак»
		Модуль«Физическая активность»
7.		История игр
8.		Игры народов мира
9.		Спортивный квест.
10.		Эстафета здоровья.
11.		«Движение и здоровье»
		Модуль «Режим дня»
12.		Сон – лучшее лекарство
13.		Неправильный режим дня и его последствия
14.		Режим дня в разное время года
15.		Секреты хорошего настроения
16.		Творческое задание «Планируем день»
		Модуль«Эффективная организация учебной деятельности»
17.		Правила успешной учёбы.
18.		Виды памяти
19.		Приёмы эффективного запоминания
20.		Секреты Мнемозины.
		Модуль «Профилактика раннего наркотизма»
21.		Сколько стоит капля никотина?
22.		Конкурс плакатов «Нет вредным привычкам»
23.		Конкурс плакатов «Нет вредным привычкам»
24.		Конкурс плакатов «Нет вредным привычкам»
25.		Пишем книгу рекордов.
26.		Кто отвечает за здоровье?
		Модуль«Гигиена»
27.		Заседание клуба «Косметон»
28.		От чего зависит работоспособность?
29.		Оценка организации рабочего места.
		Модуль«Взаимодействие с окружающими»
30.		С кем хорошо и на пиру, и в миру.
31.		Умеюли я дружить?
32.		Мы в ответе за тех, кого приручили.
33.		Можно ли избежать конфликтов?
34.		Проект «Каникулы – дело серьёзное»

Лист корректировки

№ п/п	Причина корректировки	Тема урока	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту	Способ корректировки	Реквизиты документа(№ приказа, дата)