



УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НОВОЧЕРКАССКА РОСТОВСКОЙ
ОБЛАСТИ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №25
ИМЕНИ П.К.КАЛЕДИНА**

И.Д. 02.1 - 04

Рассмотрено на заседании
учителей гуманитарного
цикла.
Руководитель цикловой
группы:
_____ Аванесян
Р.Р.
Протокол № 1 от 31.08.2021г

Принято на
заседании
педагогического
совета
_____ Т.В.Ковалева
протокол № 1 от
31.08.2021 г

Утверждаю
директор МБОУ СОШ № 25
им.П.К.Каледина:
_____ Т.В.Ковалева
(приказ № 254 от 31.08.2021г)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Азбука здоровья»
для 9 «Б» класса
на 2021 – 2022 учебный год

Учитель: Костенко В.А.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Нормативно- правовая база реализации программы

Программа курса «Азбука здоровья» предназначена для учащихся 9 «Б» класса и составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта нового поколения. Программа курса 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 среднего общего образования. Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени начального общего образования являются:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования;
3. СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
4. Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»,
5. Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
6. О недопустимости перегрузок обучающихся в средней школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
7. Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной

программы средней школы..

8. Учебный план МБОУ СОШ № 25 г. Новочеркаска на 2021-2022 уч.год.

9. Программа воспитания МБОУ СОШ № 25 им. П.К.Каледина г. Новочеркаска на 2021-2022 уч.год.

II. Содержание курса внеурочной деятельности « Азбука здоровья».

Место программы внеурочной деятельности «Азбука здоровья» в учебном плане: программа внеурочной деятельности «Азбука здоровья» реализуется за 17 часов . Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения занятий: занятия проводятся после всех уроков расписания. Программа носит здоровьесберегающее направление и рассчитана на проведение теоретических и практических занятий.

3. Цели и задачи программы.

Цель данного курса: обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

– сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;

- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

4. Формы и методы работы.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга. Программа предполагает, как групповые занятия, так и индивидуальные, а также проведение массовых мероприятий:

- общешкольные спортивно-массовые мероприятия;
- спортивные праздники;
- навыки дискуссионного общения;
- круглые столы;
- просмотры тематических фильмов.

Цель этих мероприятий - пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни, развитие нравственных и эстетических качеств, формирование устойчивой мотивации у обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, рациональное использование свободного времени, активный отдых.

- *Обеспечение мотивации*

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка. Каждое занятие должно стать настоящим уроком «здоровотворчества».

5. Планируемые результаты освоения программы.

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;

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука» 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.

метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука Здоровья» - 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 (в приложении представлены варианты проведения уроков).
- 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.
- различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- 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;
- 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.

6. СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ.

Система оценки достижения планируемых результатов освоения курса занятий по внеурочной деятельности «Азбука Здоровья» состоит из двух основных компонентов:

1. Оценка предметных результатов, которая предусматривает выявление уровня достижения учащимися планируемых результатов по данному направлению деятельности с учётом предметных знаний, действий с предметным содержанием. По окончании изучения каждой темы проводится обследование уровня усвоения знаний умений и навыков, полученных на занятии в разнообразной форме: спортивного праздника, спортивно-массового мероприятия и т.д.

2. Оценка метапредметных результатов как сформированности регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных действий может быть отслежена в результате следующих действий:

- Выполнение специально сконструированных диагностических задач, направленных на оценку уровня сформированности конкретного вида универсальных учебных действий;
- Выполнение учебных и учебно-практических задач средствами учебных предметов;
- Выполнение комплексных заданий на межпредметной основе

Работа по оцениванию метапредметных результатов проводится в виде промежуточной и итоговой аттестации учащихся.

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.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»

| № | направление | Название кружка | Тема занятия | Кол-во часов | Дата проведения |
|---|---------------------|-----------------|---|--------------|---------------------------|
| | Общекультурное | Азбука здоровья | | | |
| | Здоровьесберегающее | | Вводное занятие. Правила личной гигиены. | 1 | 29.03.2022 |
| | | | Кожа. Ее функции. Уход за кожей. | 1 | 01.04 |
| | | | Соблюдай чистоту жилища. Гигиена одежды и обуви. | 1 | 05.04. |
| | | | В чистом теле - здоровый дух. | 1 | 08.04. |
| | | | Питание - необходимое условие для жизни человека. Практическая работа «Состав продуктов. Определение срока годности продуктов, состава продуктов». | 1 | 12.04 |
| | | | Что значит «правильно питаться?». Нормы питания. Режим питания. Практическая работа «Составление примерного дневного меню». | 2 | 15.04. 17.04. |
| | | | Пищевые риски. | 1 | 19.04. |
| | | | Биодобавки. | 1 | 22.04. |
| | | | Продукты опасные для здоровья. | 1 | 26.04. |
| | | | Болезни, передаваемые через пищу. | 1 | 29.04. |
| | | | Жизнь человеку дана одна. | 1 | 04.04. |
| | | | Влияние курения на организм человека. Влияние алкоголя на организм человека. Влияние наркотиков на организм человека. | 3 | 06.05 10.05. 13.05. |
| | | | Близкие отношения и связанные с ними риски. | 1 | 17.05 |
| | | | Конференция «Здоровье человека 21 века» | 1 | 20.05. |
| | Итого | | | 17 | |