

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №8»

<p>«Рассмотрено» Руководитель МО: <i>Петрушина А.В.</i> Протокол № 2 от «16» октября 2019г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР МБОУ «СОШ № 8» Исхакова О.В. <i>Исхакова О.В.</i> от «16» октября 2019г.</p>	<p>«Принято» педагогическим советом МБОУ «СОШ №8» Протокол № 2 от «16» октября 2019 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МБОУ «СОШ № 8» Юрченко Т. А. <i>Юрченко Т.А.</i> Приказ № 167а от «16» октября 2019 г.</p>
---	--	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности
«Школа здоровья»
5-7 класс

Составитель:
Петрушина А.В., учитель физической
культуры
МБОУ «СОШ № 8», высшая категория

Новокузнецк, 2019

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- 9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты изучения Всеобщей истории в основной школе выражаются в следующих качествах:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

5 класс

№	Содержание	Формы организации и виды деятельности
1.	Ты и твой организм	
	<p>Дружи с водой. Советы доктора Воды. Друзья Вода и Мыло. Забота о глазах. Глаза – главные помощники человека. Уход за ушами. Чтобы уши слышали. Уход за зубами. Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми. Уход за руками и ногами. «Рабочие инструменты человека». Забота о коже. Зачем человеку кожа. Надежная защита человека. Если кожа повреждена. Как следует питаться. Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи. Сельское хозяйство в Кузбассе. Как сделать сон полезным. Сон - лучшее лекарство.</p>	<p><i>Формы организации:</i> ролевая игра, имитационная игра, этическая беседа, конкурс рисунков, викторина, познавательная беседа, этическая беседа, выставка, практическая работа, словесные игры.</p> <p><i>Виды деятельности:</i> игровая, познавательная, оздоровительная, художественная.</p>
2.	Мир чувств	
	<p>Настроение в школе. Как настроение? Настроение после школы. Я пришел из школы Поведение в школе. «Я – ученик».</p>	<p><i>Формы организации:</i> этическая беседа, практическая работа, познавательная беседа, игровые ситуации, рефлексия.</p> <p><i>Виды деятельности:</i> познавательная, творческая, игровая, досугово-развлекательная, трудовая, социальная.</p>

3.

Если хочешь быть здоров

Вредные привычки. Здоровый образ жизни в Кемеровской области. Мышцы, кости и

Формы организации: познавательная беседа, игровые ситуации, этическая

	суставы. Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина. Как закаляться. Если хочешь быть здоров. Как правильно вести себя на воде. Правила безопасности на воде.	беседа, практическая работа. <i>Виды деятельности:</i> познавательная, творческая, досугово - развлекательная, игровая, трудовая, социальная.
4.	Движение – жизнь	
	Игры и упражнения на воде. Правила безопасности на воде. Народные игры. Русская народная игра «Городки». Игры на воздухе. Подвижные игры. Подвижные игры на улице. Доктора природы. Спортивные состязания «Кузбасский марафон».	<i>Формы организации:</i> познавательная беседа, этическая беседа, загадки, конкурс рисунков, викторина. <i>Виды деятельности:</i> познавательная, творческая, игровая.

6 класс

№	Содержание	Формы организации и виды деятельности
1.	Ты и твой организм	
	Почему мы болеем. Причина болезни. Как здоровье. Кто и как предохраняет нас от болезней. Как организм помогает себе сам. Здоровый образ жизни. Презентация и защита собственных работ «Здоровый образ жизни юного кузбассовца». Кто нас лечит. Какие врачи нас лечат. Прививки от болезней. Инфекционные болезни (особенности нашего региона). Что нужно знать о лекарствах. Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка. Как избежать отравлений. Отравление лекарствами. Пищевые отравления.	<i>Формы организации:</i> этическая беседа, практическая работа, познавательная беседа, игровые ситуации, экскурсия в медицинский кабинет. <i>Виды деятельности:</i> познавательная, творческая, досугово-развлекательная, трудовая, социальная, игровая, проектная.
2.	Мир, в котором ты живешь	
	Безопасность при любой погоде. Если солнечно и жарко. Если на улице дождь и	<i>Формы организации:</i> игровые ситуации, этическая беседа, познавательная беседа,

<p>гроза. Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте. Опасность в нашем доме. Как вести себя на улице. Правила безопасного поведения на воде. Вода – наш друг. Правила обращения с огнем. Чтобы огонь не причинил вреда. Конкурс рисунков «Сохраним леса Кузбасса». Как уберечься от поражения электрическим током. Чем опасен электрический ток.</p>	<p>практическая работа, конкурс рисунков, коллективный диалог. <i>Виды деятельности:</i> познавательная, творческая, трудовая, социальная, игровая, исследовательская.</p>
<p>3.</p>	<p style="text-align: center;">Если хочешь быть здоров</p>
<p>Как уберечься от порезов, ушибов, переломов. Травмы. Как защититься от насекомых. Укусы насекомых. Предосторожности при обращении с животными. Что мы знаем про собак и кошек. Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом. Отравление ядовитыми веществами и угарным газом. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и отморожениях. Как помочь себе при тепловом ударе. Как уберечься от мороза. Первая</p>	<p><i>Формы организации:</i> познавательная беседа, игровые ситуации, этическая беседа, сюжетно-ролевая игра, проект. <i>Виды деятельности:</i> познавательная, творческая, игровая, социальная, проектно-исследовательская.</p>

	помощь при травмах. Растяжение связок и вывих костей. Переломы. Если ты ушибся или порезался. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Создание памятки. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек. Защита проекта «Опасные животные Кемеровской области».	
4.	Движение – жизнь	
	Сегодняшние заботы медицины. Расту здоровым. Воспитаю себя. Словесные игры. Я выбираю движение. Массовое спортивное движение Кузбасса. Игры на свежем воздухе.	<i>Формы организации:</i> этическая беседа, познавательная беседа, игровые ситуации, словесные игры, игры на свежем воздухе. <i>Виды деятельности:</i> познавательная, творческая, игровая, социальная, трудовая, досугово-развлекательная.

7 класс

№	Содержание	Формы организации и виды деятельности
1.	Ты и твой организм	
	Что такое здоровье. Как помочь сохранить себе здоровье.	<i>Формы организации:</i> познавательная беседа, игровые ситуации, этическая беседа, круглый стол. <i>Виды деятельности:</i> познавательная, игровая, трудовая, социальная.
2.	Мир чувств	
	Что такое эмоции. Чувства и поступки. Стресс. Учимся думать и действовать. Учимся находить причину событий. Умей выбирать. Что зависит от моего решения. Принимаю решение. Я отвечаю за свое решение. Волевое поведение.	<i>Формы организации:</i> познавательная беседа, игровые ситуации, этическая беседа, ролевая игра, круглый стол. <i>Виды деятельности:</i> художественная, игровая, познавательная, социальная.
3.	Мир, в котором ты живешь	

	<p>Злой волшебник – табак. Что мы знаем о курении. Почему некоторые привычки называют вредными. Зависимость. Умей сказать НЕТ. Развитие физкультуры и спорта в Кузбассе – альтернатива вредным привычкам. Как сказать НЕТ. Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ. Помоги себе сам. Злой волшебник – алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь – сделай свой выбор. Злой волшебник – наркотик. Мы – одна семья. Мальчишки и девчонки. Моя семья. Дружба. День здоровья.</p>	<p><i>Формы организации:</i> игровые ситуации, этическая беседа, конкурс рисунков, познавательная беседа, дискуссия, круглый стол, рефлексия, спортивная эстафета.</p> <p><i>Виды деятельности:</i> познавательная, творческая, игровая, трудовая, социальная.</p>
4.	Если хочешь быть здоров	
	<p>Проект «Умеем ли мы правильно питаться». Я выбираю кашу. Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули? Чистота и порядок. Будем делать хорошо и не будем</p>	<p><i>Формы организации:</i> этическая беседа, познавательная беседа, игровые ситуации, проект, анкетирование.</p> <p><i>Виды деятельности:</i> познавательная,</p>

	плохо. Наше здоровье.	проектная, поисково-исследовательская, творческая, социальная, игровая, трудовая, досугово-развлекательная.
5.	Движение – жизнь	
	Проект «Я здоровье берегу – сам себе я помогу». Спортивное движение в Кузбассе. Конкурс рисунков «Будьте здоровы». Спортивная эстафета. Конкурс эрудитов.	<i>Формы организации:</i> этическая беседа, познавательная беседа, игровые ситуации, проект, эстафета, конкурс. <i>Виды деятельности:</i> познавательная, творческая, игровая, трудовая, социальная, проектная.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (105 ч)

5 класс

Учебная тема	Количество часов
Ты и твой организм.	14
Мир чувств.	4
Мир, в котором ты живешь.	2
Если хочешь быть здоров.	6
Движение – жизнь.	9
Итого:	35

6 класс

Учебная тема	Количество часов
Ты и твой организм.	12
Мир чувств.	-
Мир, в котором ты живешь.	7
Если хочешь быть здоров.	12
Движение – жизнь.	4

Итого:	35
---------------	-----------

7 класс

Учебная тема	Количество часов
Ты и твой организм.	2
Мир чувств.	7
Мир, в котором ты живешь.	16
Если хочешь быть здоров.	7
Движение – жизнь.	3
Итого:	35