

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области

Муниципальное образование «Мелекесский район»

МБОУ «Средняя школа с. Никольское-на-Черемшане»

Приложение к ООП ООО

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «Средняя
школа с. Никольское-на-
Черемшане»

Попова Т.А.

Приказ №82

от «28» 08 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ» «

для обучающихся 7-8 классов

на 2023-2024 учебный год

с.Никольское-на-Черемшане 2023 г.

Планируемые результаты освоения курса «Формирование культуры здоровья»

В результате изучения курса по данной программе у учеников будут сформированы метапредметные результаты (личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные универсальные учебные действия).

Личностные УУД	<i>Ценностно-смысловые ориентации личности</i>
	<p>Осознает ценность:</p> <ul style="list-style-type: none">• здорового образа жизни;• ценность положительного отношения к миру и другим;• творческой самореализации и самовыражения через расширение индивидуального спортивного, санитарно-гигиенического опыта;• физической и спортивной культуры и традиций народов мира. <p>Осознает ценность:</p> <ul style="list-style-type: none">• здорового образа жизни;• семьи как соучастника спортивно-оздоровительных мероприятий;• важность душевных отношений в семье;• физической и спортивной культуры и традиций народов мира.

Способен к переживанию разности мнений других людей через сотрудничество и подчинение большинству.

Осознает ценность общества в целом и социальных групп, к которым принадлежит. Осознает важность дружеских отношений, командной деятельности.

Знаком с историей физической культуры и разных видов спорта, правилами гигиены, влиянием здорового питания на здоровый образ жизни в целом.

Знаком с понятием общероссийской идентичности, гражданской ответственности, приверженности гуманистическим и демократическим ценностям, закреплённым в Конституции РФ.

Знаком с русской и зарубежной литературой, спортивными играми, обычаями, особенностями кулинарии и традиций питания, культурными особенностями.

Морально-нравственные ориентации личности

Имеет опыт переживания нравственных норм из понимания закона, из внешнего данного порядка.

Имеет опыт разработки и следования коллективным морально-нравственным нормам.

Знаком с морально-нравственными нормами, принятыми в мировом и национальном спорте.

Обладает позитивной моральной самооценкой и чувством гордости при следовании моральным нормам, опытом переживания чувства стыда и вины при не следовании им.

Знаком с морально-нравственными, принятыми в различных видах спорта.

Ориентируется в различных культурно-исторических формах спортивной морали, кулинарных традициях.

Способен действовать из своего понимания ответственности, осознает последствия норм поведения (правомерное поведение).

Личностное и социальное самоопределение учащегося

Способен к пониманию своих возможностей относительно других и отношений с ними.

Способен к выстраиванию системы социальных отношений в близком и дальнем социальном окружении (семья и общество).

Способен к пониманию своих возможностей относительно других и отношений с ними.

Обладает навыками общественного гендерного поведения и самосознания.

Способен к начальным формам индивидуализации, понимания своего характера, своих особенностей, привычек и поведения.

Осознает соотношение биологического и социального в человеке, врождённых и приобретённых качеств, способностей. Осознает гендерные особенности человека, его социальные свойства, способы взаимодействия с другими людьми.

Способен к начальным формам самопрезентации.

Мотивационно-смысловые компоненты учебной деятельности

Способен реализовывать познавательную потребность через работу в группах.

Сознает возможность выбора через реализацию разной интересующей деятельности в рамках одного модуля.

Способен к реализации проекта по интересующей теме.

Сознает возможность реализации разнообразной деятельности в едином контексте темы или модуля.

Способен к самостоятельной реализации проекта по интересующей теме (индивидуального и класса).

Основы здоровьесберегающих стратегий жизнедеятельности

	<p>Сознает ценность здорового образа жизни как альтернативной возможности.</p> <p>Знаком с культурой проведения здорового праздника.</p> <p>Знаком с правилами и практикой составления режима дня, рациона правильного/здорового питания.</p> <p>Знаком с культурой здорового отдыха.</p> <p>Знаком с правилами и практикой составления режима дня, рациона правильного/здорового питания.</p>
Регулятивные УУД	<p><i>Умение планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с задачами и целью деятельности</i></p>
	<p>Способен к осознанию познавательной проблемы в практической деятельности.</p> <p>Способен к осознанию познавательной проблемы в практической деятельности.</p>
	<p><i>Волевая саморегуляция личности</i></p>
	<p>Способен к волевой саморегуляции при достижении цели, опираясь на ориентиры, задаваемые учителем</p> <p>Способен к самостоятельному выполнению задания/проекта и своевременной сдаче заданий</p> <p>Способен к физической саморегуляции, соблюдению гигиенических правил, рациона здорового питания, режима времени труда и отдыха.</p> <p>Способен к физической саморегуляции, соблюдению гигиенических правил, рациона здорового питания, режима времени труда и отдыха.</p>
Познавательные УУД	<p><i>Собственная познавательная активность учащегося</i></p>
	<p>Способен к реализации индивидуальной проектной деятельности.</p> <p>Способен к реализации индивидуальной проектной деятельности.</p>
	<p><i>Общие приёмы решения учебных задач</i></p>
	<p>Знаком с основными правилами и принципами работы индивидуально и в коллективе.</p> <p>Знаком с основными правилами и принципами работы индивидуально и в коллективе.</p> <p>Знаком с логическими характеристиками построения предложений в тексте при защите проекта.</p>

Способен к пониманию и чувству красоты и гармонии здорового человека.
<i>Навыки свободного группового и межличностного взаимодействия</i>
Способен к реализации и представлению индивидуального проекта. Способен к совместной с классом организации тематических мероприятий. Способен свободно принять правила, подразумевающие обязательное совместное взаимодействие. Способен к реализации и представлению группового проекта. Способен к свободной групповой работе. Способен обозначить мотивы конфликтной ситуации. Способен обозначить суть ситуации конфликта и причину возникновения. В урегулировании конфликта опирается на стратегии, предложенные учителем.

Формы занятий:

В образовательном процессе используются различные формы проведения занятия:

- беседы;
- лекции;
- семинары;
- практическое занятие;
- химический эксперимент;
- работа на компьютере;
- экскурсии;

выполнение и защита проектов
Содержание программы.

. **Здоровье** — это главная **ценность** жизни, оно занимает самую высокую ступень в иерархии потребностей **человека**. **Здоровье** — один из важнейших компонентов человеческого счастья и одно из ведущих условий успешного социального и экономического развития. Реализация интеллектуального, нравственно-духовного, физического и репродуктивного потенциала возможна только в здоровом обществе.

Дискуссионный клуб «Здоровье – не все, но все – без здоровья» Анкетирование «Место здоровья среди других жизненных ценностей» «Среда обитания и здоровье. Дискуссионный клуб – Кто ответственен за здоровье. Как стать здоровым и красивым. Дискуссионный клуб – Здоровье и профессия. Анкетирование «Самая лучшая профессия»

Режим дня.

Питание.

Продукты питания и их ценность. Анкетирование. Как правильно питаться чтобы быть здоровым. Творческий проект «Классный завтрак. Викторина 2 Кулинарное путешествие. «Творческий мини – проект «Вкусный обед». Химия и питание. Уникальные свойства воды.

Содержательные модули	Мероприятия	Формы реализации
Ценность здоровья	Дискуссионный клуб «Здоровье- не всё, но всё – ничто без здоровья» «Здоровье и профессия»	Внеклассное мероприятие. Внеклассное мероприятие, самостоятельная работа
Питание	Творческий проект «Вкусный обед». Викторина «Кулинарное путешествие»	Классный час внеклассная работа, участие родителей. Внеклассное мероприятие.

Режим дня	Исследовательский проект. («Тайм –менеджмент и здоровье»)	Внеклассное мероприятие, самостоятельная работа

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 КЛАСС

№	МОДУЛЬ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ
1	ЦЕННОСТЬ ЗДОРОВЬЯ	11
2	РЕЖИМ ДНЯ	8
3	ПИТАНИЕ	15
	ИТОГО	34