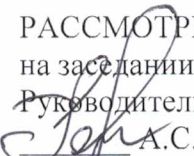


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
Руководитель МО
 А.С. Горбачева
Протокол № 5
от 26.08.2021

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
 Г.А. Потылицына
26.08.2021

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа
№2» г. Симферополя
 В.А. Кухнина
26.08.2021



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности
«Школа ЗОЖ»

9-В класс

Количество часов: 34 (1 час в неделю)
на 2021/2022 учебный год

Стаменова Дарья Константиновна

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и в соответствии с письмом Министерства образования и науки РФ от 12.05.2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального государственного образовательного стандарта общего образования», с письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.08.2017 №09-1672 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»

г. Симферополь
2021 г.

I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

Личностными результатами программы по формированию здорового образа жизни учащихся 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 по формированию здорового образа жизни учащихся - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

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 занятиях.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в дополнительной литературе (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя средства ИКТ, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях по основам здорового образа жизни.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания по основам здорового образа жизни, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.
- 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 различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

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

Оздоровительные результаты программы:

- 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 обучающихся, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. **Здоровый образ жизни – 7 часов.** История видов спорта. Скажи вредным привычкам «Нет!» (Влияние вредных привычек на здоровье). Пьянство или Питание. Курить здоровье – здоровью вредить! Тренируем ум. Проверяем свои способности (память, внимание). Азбука безопасности.
2. **Культура потребления медицинских услуг – 7 часов.** Поведение в медицинских и оздоровительных учреждениях. Правила приема лекарственных препаратов. Опасность самолечения. Злоупотребление медикаментами. Побочное действие лекарственных средств. Безопасное хранение и обращение с лекарственными средствами. Домашняя аптечка. Химическая зависимость. Наркомания – знак беды. Правила жизни. Привычки и здоровье.
3. **Нравственное здоровье – 7 часов.** Без друзей не обойтись! В гостях у народов России. Права подростка и мировое сообщество. Я и закон. О вкусах не спорят, о манерах надо знать. Роль эмоций в общении. Мои претензии к окружающим. Нужно ли говорить правду, или ложь во спасение.
4. **Психическое и социальное здоровье – 13 часов.** Хорошая ли у вас память? Тест возрастающей трудности (методика Равена). Хорошо ли вы выглядите? Подвержены ли вы чужому влиянию? Здоровы ли вы душевно? Этикет беседы. Умение слушать и слышать другого. Конфликты в общении. Способы разрешения конфликтов. Социальные роли человека. Жизнь как смена социальных ролей. Как сохранить достоинство? Поезд здоровья. Презентация проектных работ «Мы за здоровый образ жизни».

Формы работы:

- Групповая работа. Работа в парах (сюжетно-ролевые игры, игры с правилами, образно-ролевые игры, дискуссии).
- Фронтальная работа – это работа со всеми учащимися. Учитель предлагает беседу, рассказ, историю, чтение статей, информационный материал. Такая форма работы требует устойчивого внимания и заинтересованность учащихся.
- Индивидуальная работа – большое значение имеет для обработки практических навыков и умений, ответы на вопросы анкеты, проблемные задания, выполнение санитарно-гигиенических требований.

- Занятия проводятся в форме лекций, семинаров, бесед, дискуссий. Большое место уделяется практическим занятиям, на которых проводятся тренинги, анкетирование и тестирование, игровое моделирование. Предполагается широкое использование технических средств (аудио- и видеотехники), наглядных пособий (таблиц, схем, фотографий и др.).

Методы:

- Репродуктивный – (беседа, вопросы, тесты, анкетирование)
- Проблемный
- Частично-поисковый
- Объяснительно-иллюстративный

Формы контроля

Проверка усвоения программы проводится в форме анкетирования, тестирования, выполнения творческих заданий, участия в проектных и исследовательских работах, тематических неделях. Подведение итогов реализации программы проводится в виде выставок работ учащихся, праздников, игр, викторин, в том числе:

- оформление выставок работ учащихся в классе, школе на неделе здоровья;
- оформление выставки рисунков, сочинений, фотографий «Мы за здоровый образ жизни»

III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы, в том числе с учётом рабочей программы воспитания

Реализация педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

№ п/п	Название темы	Модуль рабочей программы воспитания «Школьный урок»	Кол-во часов
1	Здоровый образ жизни	1 сентября День знаний 3 сентября День солидарности в борьбе с терроризмом 11 сентября Всероссийский день трезвости 21 сентября Международный день мира 27 сентября Всемирный день туризма 25-29 сентября Неделя безопасности дорожного движения 1 октября – Международный день пожилых людей	7
2	Культура потребления медицинских услуг	24 октября – День Организации Объединённых Наций 10 ноября – Всемирный день науки за мир и развитие 13 ноября – Международный день слепых 16 ноября – Международный день толерантности 20 ноября – Всемирный день ребёнка 28 ноября – День матери в России 1 декабря – Всемирный день борьбы со СПИДом 3 декабря – Международный день инвалидов 5 декабря – День добровольца (волонтёра)	7
3	Нравственное здоровье	12 декабря – День Конституции Российской Федерации 11 января – Всероссийский день заповедников и национальных парков 8 февраля – День российской науки	7
4	Психическое и социальное здоровье	15 февраля – День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества 1 марта – Всемирный день иммунитета 15 марта – Всемирный день прав потребителя 21 марта – Всемирный день Земли 1 апреля – День смеха 7 апреля – Всемирный день здоровья 12 апреля – День космонавтики 5 мая – Международный день борьбы за права инвалидов 15 мая – Международный день семьи 22 мая – Международный день биологического разнообразия	13
	Всего		34

IV. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Наumenко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы: Мониторинг эффективности. /М.: Планета, 2011/
2. Базарный В.Ф. Здоровье и развитие ребенка: экспресс-контроль в школе и дома. / М.: АРКТИ, 2005/
3. Синягина Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: Психологические установки и упражнения./ М.: Владос, 2004/
4. Как сохранить здоровье школьников. Игры, классные часы, родительские собрания. /авт.-сост. О.Н. Рудякова.- Волгоград: Учитель, 2008/
5. Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/ авт.-сост. Н.Н. Шапцева.-Волгоград: Учитель, 2009/
6. Захаревич Н. Б., Калинина Т. О. «Валеология - основы безопасности жизни ребенка». /Спб:1995/.
7. Проблемные классные часы. /авт.-сост. Н.И. Билык. – Волгоград: Учитель, 2008/
8. Кулинич Г.Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей: 5-7 классы. /М.:ВАКО,2008/
9. Симкина П.Л., Титаровский Л.В. Азбука здоровья в условиях Крайнего Севера./Курск, 2005/
10. Филиппова Г.Г. Проблемно-ценностное общение. –Программа, планирование. Конспекты занятий./ Волгоград: Учитель, 2015.
11. Классные часы на темы этикета.5-11 классы./ метод. пособие.-авт.-сост. Ю.А. Матюхина.- М. Планета, 2011.
12. Кулинич Г.Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей.5-7 классы.-М. ВАКО, 2008.
13. Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации./Авт.-сост. Н.Н. шапцева. –Волгоград, Учитель. – 2009 .Как сохранить здоровье школьников. Игры, классные часы, родительские собрания. 5-9 классы./ авт.-сост. О.Н. Рудякова.-Волгоград. Учитель, 2008.

**V. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ШКОЛА ЗОЖ»
9-Б КЛАСС**

№ п/п	Содержание	Форма проведения	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
Здоровый образ жизни (7 часов)					
1	История видов спорта.	Беседа	1	02.09	
2	Скажи вредным привычкам «Нет!» (Влияние вредных привычек на здоровье).	Беседа с элементами проектной деятельности	1	09.09	
3	Пьянство или Питание.	Беседа	1	16.09	
4	Курить – здоровью вредить!	Антитабачная викторина	1	23.09	
5	Тренируем ум.	Ситуативный практикум	1	30.09	
6	Проверяем свои способности (память, внимание).	Ситуативный практикум	1	07.10	
7	Азбука безопасности.	Беседа	1	14.10	
Культура потребления медицинских услуг (7 часов)					
8	Поведение в медицинских и оздоровительных учреждениях.	Доклады обучающихся	1	21.10	
9	Правила приема лекарственных препаратов. Опасность самолечения.	Беседа с элементами дискуссии	1	28.10	
10	Злоупотребление медикаментами. Побочное действие лекарственных средств.	Беседа	1	11.11	
11	Безопасное хранение и обращение с лекарственными средствами. Домашняя аптечка.	Деловая игра	1	18.11	
12	Химическая зависимость. Наркомания – знак беды.	Беседа с элементами дискуссии	1	25.11	
13	Правила жизни.	Беседа с элементами дискуссии	1	02.12	
14	Привычки и здоровье.	Беседа с элементами дискуссии	1	09.12	
Нравственное здоровье (7 часов)					
15	Без друзей не обойтись!	Круглый стол	1	16.12	
16	В гостях у народов России.	Беседа	1	23.12	
17	Права подростка и мировое сообщество.	Беседа с элементами проектной деятельности	1	30.12	
18	Я и закон.	Деловая игра	1	13.01	
19	О вкусах не спорят, о манерах надо знать.	Круглый стол	1	20.01	
20	Роль эмоций в общении. Мои претензии к окружающим.	Беседа с элементами дискуссии	1	27.01	
21	Нужно ли говорить правду, или ложь во спасение.	Семинар	1	03.02	

	Психическое и социальное здоровье (13 часов)				
22	Хорошая ли у вас память?	Беседа Тестирование	1	10.02	
23	Тест возрастающей трудности (методика Равена).	Беседа Тестирование	1	17.02	
24	Хорошо ли вы выглядите?	Беседа Тестирование	1	24.02	
25	Подвержены ли вы чужому влиянию?	Беседа Тестирование	1	03.03	
26	Здоровы ли вы душевно?	Тестирование	1	10.03	
27	Этикет беседы. Умение слушать и слышать другого.	Беседа с элементами дискуссии	1	17.03	
28	Конфликты в общении. Способы разрешения конфликтов.	Беседа с элементами дискуссии	1	31.03	
29	Социальные роли человека. Жизнь как смена социальных ролей.	Беседа с элементами дискуссии	1	07.04	
30	Как сохранить достоинство?	Беседа с элементами дискуссии	1	14.04	
31-32	Поезд здоровья.	Игровая программа по основам ЗОЖ	2	21.04 28.04	
33-34	Презентация проектных работ «Мы за здоровый образ жизни».	Презентация проектных работ	2	05.05 12.05	
	Итого		34 часа		

ПРОПУЩЕНО, ПРОШНУРОВАНО И
СКРЕПЛЕНО ПЕЧАТЬЮ 8 листов
всего

Директор МБОУ
«Средняя общеобразовательная школа №2»
г. Симферополь

В.А. Кукина

