

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Межовская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО

на ШМО

Руководитель К.В. -

Коломыченко Е.В

«24» августа 2020г

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

Ваак Л.С. Л.С. Ваак

«25» августа 2020г

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора

Дашенко С.В.

Приказ № 104 - О

«25» августа 2020г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«БУДЬ ЗДОРОВ»
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ)
10 КЛАССА
Учителя Коломыченко Е.В.

с. Межово
Красноярского края
2020г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Будь здоров» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Цель программы: создание условий для сохранения психического и физического здоровья учащихся, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

Задачи:

- формировать представления об основных факторах и «законах» здоровья, взаимовлиянии природы и человека друг на друга;
- подвести учащихся к пониманию особенностей организма человека и его возможностей;
- воспитывать бережное отношение к здоровью и понимание необходимости ведения здорового образа жизни;
- формировать компетенции в сфере безопасности жизнедеятельности.

Формы организации: Уроки безопасности, беседы, викторины, часы общения, круглые столы, тематические творческие работы.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Будь здоров» разработана для обучающихся 10 класса

Объем программы 3 часа.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

Программа позволяет добиваться следующих результатов освоения образовательной программы основного общего образования:

личностные:

- 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.
- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
- основа для развития чувства прекрасного через представления о физической красоте человека и ее совершенствовании в активной жизнедеятельности;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений.
- увлеченность спортом, сознательное отношение к своему здоровью;
- бережное отношение к окружающей среде, сформированность установок на заботу об экологии.

метапредметные:

- понимать необходимость рациональной организации режима дня, организации рабочего места;
- принимать и сохранять познавательные задачи, в т.ч. практические;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия ее реализации;
- осуществлять контроль за правилами выполнения оздоровительных действий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок;

- осуществлять поиск информации с использованием различных источников (включая пространство Интернета) и запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе;
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;
- ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать мнения партнеров по команде;
- отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;
- контролировать свои действия в коллективной работе, соблюдать правила взаимодействия

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Раздел «Профилактика вредных привычек»

Здоровье и здоровый образ жизни. Секреты здоровья. Вредные привычки, их влияние на здоровье.

Профилактика

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№ урока	Дата проведения		Тема урока
	план	факт	
1.	13.01		Секреты здоровья.
2.	20.01		Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика
3.	27.01		П/а Акция «Жизнь без вредных привычек»