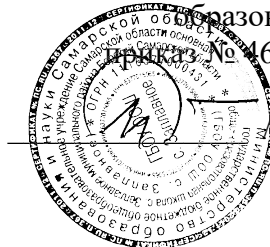


государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа с. Заплавное
муниципального района Борский Самарской области.

Принята педагогическим советом
ГБОУ ООШ с. Заплавное
протокол №1 от 31.08.2018г

Утверждаю к использованию в
образовательном процессе
приказ № 46/27 от 31.08.2018г
Директор школы:
И.Л. Самбольский/



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Азбука здоровья»
направление: спортивно-оздоровительное
для 6-7 класса
на 2018 – 2019 учебный год

Программу составил
Учитель: Е.Н. Ерицева

с. Заплавное

2018 г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа курса «Азбука здоровья» была составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и формирует личностные, метапредметные действия, уровни воспитательных результатов, соответствующие требованиям ФГОС :

1. Планируемые предметные результаты освоения программы.

Личностные результаты:

- развитие интеллектуальных и творческих способностей, дающих возможность выражать своё отношение к своему здоровью различными средствами;
- воспитание ответственного отношения к здоровью, осознание необходимости сохранения и бережного отношения к здоровью;
- формирование мотивации дальнейшего изучения своего организма.
- Социальные компетенции, сформированность основ гражданской идентичности.

Метапредметные результаты:

- овладение элементами самостоятельной организации учебной деятельности, что включает в себя умение ставить цель и планировать личную учебную деятельность, оценивать собственный вклад в деятельность группы, проводить самооценку уровня личных учебных достижений;
- освоение элементарных приёмов исследовательской деятельности, доступных для детей младшего школьного возраста: формулирование с помощью учителя цели учебного исследования (опыта, наблюдения), составление плана, фиксирование результатов, использование простых измерительных приборов, формулировка выводов по результатам исследования;
- формирование приёмов работы с информацией, что включает в себя умение поиска и отбора источников информации в соответствии с учебной задачей, а также понимание информации, представленной в различной знаковой форме – в виде таблиц, диаграмм, графиков, рисунков и др.;
- развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии, а также участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью.
- *ценностно-ориентационная сфера* – сформированность представлений важности бережного отношения к своему здоровью;
- *познавательная сфера* – наличие углубленных представлений о своем организме и бережном отношении к своему здоровью; применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни для осознанного соблюдения норм и правил безопасного поведения в социуме;
- *трудовая сфера* – владение навыками ухода за своим организмом;
- *эстетическая сфера* – умение приводить примеры, дополняющие научные данные образами из литературы и искусства;

- *сфера физической культуры* – знание элементарных представлений о зависимости здоровья человека, его эмоционального и физического состояний от факторов окружающей среды.

2.Содержание учебного предмета.

6 класс

Режим проведения занятий: 1 раз в неделю по 1 часу (34 часа в год).

Введение: Вводное занятие, поход по стране Здоровья, Я – уникальный человек!, учусь находить друзей и интересные занятия; психогигиена общения. **(5 часов)**

Режим дня: Проектная деятельность «Мой режим дня» **(2 часа)**

Личная гигиена: Водичка, водичка – умой мое личико; личная гигиена, алгоритм умывания; уход за волосами; уход за кожей; гигиена полости рта; правила ухода за одеждой и обувью; гигиена помещения. **(7 часов)**

К здоровью без лекарств: Фито-аптека; «Пчела – природный фармацевт» **(2 часа)**

Я познаю мир: Ощущения, воображение, представление; Что изменилось за год?; паспорт здоровья; мое психическое состояние; учусь принимать решения в опасных ситуациях.**(6 часов)**

Подвижные игры: (11часов)

Итого 34 часа.

7 класс

Режим проведения занятий: 1 раз в неделю по 1 часу (34 часа в год).

Введение: (6 часов)

Здоровому всё здорово!, народные рецепты здоровья; народные обряды; народные приметы

Здоровый отдых: (15часов)

Физкультминутка — не шутка!

Психогигиена общения; почему люди болеют; биоритмы — основа жизнедеятельности человека; что нужно знать о лекарствах; ознакомление с элементами точечного массажа; волшебный солнца свет.

Человек и его окружение: (14 часов)

Человек и его младшие друзья; Чай не пьешь— откуда силы берешь?; Целительная сила воды; Как понять друг друга без слов; Секреты сотрудничества; Путешествие в страну Здорового Образа Жизни.

Итого 34 часа.

Программа предполагает использование индивидуальной, групповой и фронтальной форм организации учебных знаний, а так же следующие виды учебной деятельности: личностные, регулятивные (планирование, целеполагание, контроль, коррекция и др.), познавательные и коммуникативные.

3.Календарно-тематическое планирование 6 класс.

№ урока	Кол- во часов	Раздел. Тема урока	Дата проведения урока	Примечание
		1.Раздел: Введение. (5 ч)		
		Вводное занятие. «Поход по стране Здоровья»		
		«Я – уникальный человек!»		
		«Я – уникальный человек!»		
		«Учусь находить друзей и интересные занятия».		
		Психогигиена общения.		
		2.Раздел: Режим дня. (2 ч)		
		Режим дня.		
		Режим дня.		
		3.Раздел: Личная гигиена. (7 ч)		
		«Водичка, водичка – умой мое личико»		
		Алгоритм мытья.		
		Уход за волосами.		
		Уход за кожей.		
		Гигиена полости рта.		
		Правила ухода за одеждой и обувью.		
		Гигиена помещения.		
		4.Раздел: К здоровью без лекарств. (2 ч)		
		«К здоровью без лекарств»		
		Фито-аптека: «Пчела – природный фармацевт»		
		5.Раздел: Я познаю мир. (6 ч)		
		«Я познаю мир» . Ощущения, воображение, представление.		
		«Я познаю себя»		
		Что изменилось за год? Паспорт здоровья.		

		«Мое психическое состояние»		
		Внимание. Память. Эмоции.		
		«Учусь принимать решения в опасных ситуациях»		
		6.Раздел: Подвижные игры. (11 ч)		
		Зимние игры на природе.		
		Зимние игры на природе.		
		«Злые колдуны Алкоголь и Никотин»		
		«Злые колдуны Алкоголь и Никотин»		
		«Я умею дружить!»		
		«Я умею дружить!»		
		Летние игры на природе.		
		Летние игры на природе.		
		«Остров Здоровья»		
		«Остров Здоровья»		
		Летние игры на природе.		
Итого: 34 часа				

3.Календарно-тематическое планирование 7 класс.

№ урока	Кол- во часов	Раздел. Тема урока.	Дата проведения урока	Примечание
1	1	1.Раздел: Вводное занятие. (6 ч) «Здоровому всё здорово!»		
2	1	«Здоровому всё здорово!»		
3	1	«Здоровому всё здорово!»		
4	1	«Народные рецепты здоровья .Народные обряды. Народные приметы»		

5	1	«Народные рецепты здоровья .Народные обряды. Народные приметы»		
6	1	2.Раздел: Здоровый отдых. (15 ч) «Здоровый отдых»		
7	1	Психогигиена общения.		
8	1	Физкультминутка — не шутка!		
9	1	Физкультминутка — не шутка!		
10	1	Физкультминутка — не шутка!		
11	1	«Почему люди болеют»		
12	1	Биоритмы — основа жизнедеятельности человека.		
13	1	Биоритмы — основа жизнедеятельности человека.		
14	1	Что нужно знать о лекарствах.		
15	1	Что нужно знать о лекарствах.		
16	1	Ознакомление с элементами точечного массажа.		
17	1	Волшебный солнца свет.		
18	1	Экстренная помощь.		
19	1	Экстренная помощь.		
20	1	Экстренная помощь.		
21	1	3.Раздел: Человек и его окружение. (14 ч) Человек и его младшие друзья.		
22	1	Человек и его младшие друзья.		
23	1	«Чай не пьешь— откуда силы берешь?»		
24	1	«Чай не пьешь— откуда силы берешь?»		
25	1	Целительная сила воды.		
26	1	Целительная сила воды.		
27	1	«Как понять друг друга без слов»		
28	1	«Как понять друг друга без слов»		
29	1	Секреты сотрудничества.		
30	1	Секреты сотрудничества.		
31	1	Секреты сотрудничества.		

32	1	Путешествие в страну Здорового Образа Жизни.		
33	1	Итоговое занятие: Подведение итогов за год.		
34	1	Летние игры на природе.		
Итого: 34 часа				

