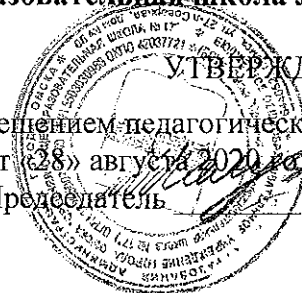


Центральный административный округ города Омска  
БОУ г. Омска «Средняя общеобразовательная школа №17»

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
от «28» августа 2020 года протокол №1  
Председатель О.В. Калугина



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление: социальное

Название: **Планета Здоровье**

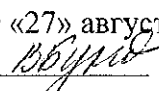
Уровень образования (класс): основное общее, 7 класс


Количество часов в год, в неделю: 34 ч, 1 ч/неделя

Учитель: Беляева Н.М.

Год разработки программы: 2020 г

Сроки реализации программы: 2020-2021 гг.

РАССМОТРЕНО  
Протокол заседания  
ШМО классных руководителей  
от «27» августа 2020 года №1  
 В.Н. Бунаикова

СОГЛАСОВАНО  
Протокол заседания МС  
от «27» августа 2020 года №1  
Заместитель директора  
 Т.В. Науменко

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

В результате изучения курса у учащихся будут сформированы личностные, предметные и метапредметные результаты.

### ***Личностные результаты***

формирование ценностного отношения к своему здоровью;

формирование способности к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, принятию ответственности за их результаты,

формирование целеустремленности и настойчивости в достижении поставленных целей;

формирование активной жизненной позиции и мотивации в отношении ведения здорового образа жизни.

### ***Предметные результаты***

воспитание ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих;

формирование культуры поведения в окружающей среде, т.е.

гигиенической и генетической грамотности;

овладение умениями соблюдать гигиенические нормы и правила здорового образа жизни;

формирование умения оценивать последствия своей деятельности по отношению к здоровью других людей и собственному организму;

знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте ведения физически активного образа жизни в организации здорового образа жизни;

способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность;

способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать

## **Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

Содержание программы опирается на основные направления государственной политики, проводимой Министерством образования и науки Российской Федерации в области модернизации российского образования на период до 2020 года, на Закон РФ «Об образовании, на Федеральную целевую программу «Здоровый ребенок», «Национальную доктрину образования в Российской Федерации на период до 2025 года».

Методическое обеспечение курса представлено комплектом системно выстроенных преемственных учебных пособий «Здорово быть здоровым» для учащихся основной школы, рабочей программой курса под ред. Г.Г. Онищенко.

### **Тема 1. Мал родился, а вырос – пригодился (6 часов)**

Сложный возраст. Что значит быть взрослым? Учимся понимать друг друга.

Виды деятельности: практические занятия, дискуссионные мероприятия коммуникативного характера, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

### **Тема 2. Кто умён – тот силён! (10 часов)**

Развиваем свои способности. Интерес к делу и склонность к нему – это одно и то же? Творчество – уникальная человеческая способность. Движение к достижениям. Преодолевая трудности в учёбе, постигаем свои возможности. Виды деятельности: практические занятия, исследовательские мероприятия, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

### **Тема 3. Здоров в труде, а каков в еде? (7 часов)**

Наша сила в витаминах. Каждому нужен и обед, и ужин. Секреты здорового питания. Виды деятельности: практические занятия, лабораторно-исследовательские мероприятия, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

### **Тема 4. В здоровом теле – здоровый дух (11 часов)**

Развиваем основные физические качества. Осанка. Здоровье в порядке – спасибо зарядке. Закаляй своё тело с пользой для дела. Готовимся сдавать ГТО.

Виды деятельности: интерактивная лекция, практические занятия, решение ситуативных задач, замеры собственной физической подготовленности, оценка результатов подготовки.

25	Закаляй свое тело с пользой для дела	1	1 неделя марта	
26	Готовимся сдавать ГТО. Ситуативный практикум	1	2 неделя марта	
27	Готовимся сдавать ГТО. Ситуативный практикум	1	3 неделя марта	
28	Готовимся сдавать ГТО. Ситуативный практикум	1	1 неделя апреля	
<b>Тема 5. «Вот и стали мы на год взрослее...» (6 часов)</b>				
29	Я и опасность	1	2 неделя апреля	
30	Я и опасность. Ситуативный практикум	1	3 неделя апреля	
31	День здоровья.	1	3 неделя апреля	
32	День здоровья. Практическое занятие	1	май	
33	Проект « Чему мы научились и чего достигли»	1	май	
34	Проект « Чему мы научились и чего достигли»	1	май	