

Комитет образования и науки администрации г. Новокузнецка
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 92»

Приложение к
основной образовательной программе
основного общего образования
(приказ № 100 от 28.08.2020.)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ»
10-11 классы
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ)

ХАНДОГИНА ЕКАТЕРИНА АНАТОЛЬЕВНА

(учитель английского языка
первая квалификационная категория)

г. Новокузнецк, 2020

Содержание

№ п/п	Разделы программы	Страницы
1	Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности	3-4
2	Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности	5-6
3	Тематическое планирование	7-8
4	Приложение (календарно-тематическое планирование)	9-10

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности «В мире профессий» разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы полного общего образования МБОУ «СОШ № 92» с учётом программ, включённых в ее структуру.

Личностные результаты:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) формирование гражданской позиции как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) формирование готовности к служению Отечеству, его защите;
- 4) формирование мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 5) формирование основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) формирование толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способности противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- 7) развитие навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) формирование нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) формирование готовности и способности к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; развитие сознательного отношения к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 10) формирование эстетического отношения к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) формирование бережного, ответственного и компетентного отношения к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умения оказывать первую помощь;
- 13) формирование осознанного выбора будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; формирование отношения к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

- 14) формирование экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) формирование ответственного отношения к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы должны отражать:

- 1) овладение умением самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- 2) овладение умением продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- 3) овладение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- 4) формирование готовности и способности к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, овладение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умением ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- 5) развитие умения использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- 6) развитие умения определять назначение и функции различных социальных институтов;
- 7) развитие умения самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- 8) овладение языковыми средствами – умением ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- 9) овладение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Разделы (главы)	Содержание	Форма организации занятий	Виды деятельности
«Здоровье человека»	Здоровье человека, что под этим понимать? Системы здорового образа жизни.	Беседа, просмотр видеофильма.	Познавательная деятельность, наглядная деятельность, исследовательская деятельность; проектная деятельность;
Естественная среда и здоровье человека	Природная среда, как фактор здоровья человека. Здоровье человека в эпоху научно-технического прогресса. Организм человека – «концентратор» загрязнений окружающей среды. «Болезни цивилизации». Человек и физические загрязнители. Химизация быта человека. Проблемы качества воды.	Беседа, просмотр видеофильма. Семинар. Проведение практической работы № 1 «Распознавание знакомых веществ». Проведение практической работы № 2 «Определение физических свойств воды», Проведение практической работы № 3 «Методы очистки и обеззараживание воды».	Познавательная деятельность, наглядная деятельность, исследовательская деятельность; проектная деятельность;
«Я и моё здоровье»	Задачи современной гигиены. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви. Гигиена жилища. Дыхание и здоровье. Гигиена питания. Витамины и здоровье. Влияние минеральных веществ и микроэлементов на здоровье человека. Влияние технического	Беседа, просмотр видеофильма. Семинар. Проведение практической работы № 4 «Составление дневного рациона школьника». Проведение	Познавательная деятельность, наглядная деятельность, исследовательская деятельность; проектная деятельность;

	<p>прогресса на характер питания.</p> <p>Влияние алкоголя, никотина, наркотических и др. веществ на состояние здоровья.</p> <p>СПИД – мифы и реальность.</p> <p>Живые вещества переносчики и возбудители болезней.</p>	<p>практической работы № 5 «Вычисление энергетической ценности продуктов».</p>	
<p>Научные «Основы труда и отдыха»</p>	<p>Режим труда и отдыха.</p> <p>Работоспособность.</p> <p>Физическая активность, как условие нормативного протекания жизненных процессов.</p> <p>Сон и работоспособность.</p> <p>Гигиена умственного труда</p> <p>Целебные силы природы.</p> <p>Психогигиена.</p> <p>Работа над проектом: «Моя система здоровья»</p>	<p>Беседа, просмотр видеофильма.</p> <p>Круглый стол.</p> <p>Проведение практической работы № 6 «Измерении АД и пульса при разных физических нагрузках».</p> <p>Проведение практической работы № 7 «Составление режима школьника».</p> <p>Закаливание как фактор здоровья.</p> <p>Проведение практической работы № 8 «Приготовление отваров и настоев лекарственных трав».</p>	<p>Познавательная деятельность, наглядная деятельность, исследовательская деятельность; проектная деятельность;</p>
<p>Итоговый проект «Моя система здоровья»</p>	<p>Защита итогового проекта</p>	<p>Презентация итоговых проектов</p>	<p>проектная деятельность; исследовательская деятельность; наглядная деятельность,</p>

Тематическое планирование

Раздел (глава)	Тема	Количество часов
«Здоровье человека»	Здоровье человека, что под этим понимать? Системы здорового образа жизни.	2 часов
Естественная среда и здоровье человека	Природная среда, как фактор здоровья человека. Здоровье человека в эпоху научно-технического прогресса. Организм человека – «концентратор» загрязнений окружающей среды. «Болезни цивилизации». Человек и физические загрязнители. Химизация быта человека. Проблемы качества воды.	8 часов
«Я и моё здоровье»	Задачи современной гигиены. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви. Гигиена жилища. Дыхание и здоровье. Гигиена питания. Витамины и здоровье. Влияние минеральных веществ и микроэлементов на здоровье человека. Влияние технического прогресса на характер питания. Влияние алкоголя, никотина, наркотических и др. веществ на состояние здоровья. СПИД – мифы и реальность. Живые вещества переносчики и возбудители болезней.	15 часов
Научные «Основы труда и отдыха»	Режим труда и отдыха. Работоспособность. Физическая активность, как условие нормативного протекания жизненных процессов. Сон и работоспособность. Гигиена умственного труда Целебные силы природы. Психогигиена. Работа над проектом:	9 часов

	«Моя система здоровья»	
Итоговый проект «Моя система здоровья»	Защита итогового проекта	2 часа