

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Новокрасивская основная школа №29»

Рассмотрена и согласована
на методическом объединении
Протокол № 1
от 28 августа 2023 г.

Принята
на педагогическом совете
Протокол № 1
от 28 августа 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директором МКОУ «ОШ №29»
Д.Ю. Головин
Приказ № 67-с от 31 августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной Деятельности по физической культуре

«В здоровом теле – здоровый дух»

для 5-9 классов

основного общего образования

базовый, общеобразовательный уровень

Учитель: Соцкова Юлия Юрьевна

Ефремов

2023

Пояснительная записка

Данная рабочая программа внеурочной деятельности по физической культуре «В здоровом теле – здоровый дух» для 5 – 9 классов разработана на основе:

1) Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2) Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

3) Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 № 253 «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

4) Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 года № 189 «Об утверждении САН ПиН 2.4.2.282110 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

5) Приказ Минобрнауки России № 1577 от 31.12.2015 г. «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом от 17 декабря 2019 года № 1897».

6) Письма Минобрнауки России № 08-1786 от 28.10.2015 г. «О рабочих программах учебных предметов».

7) Письма Министерства образования Тульской области № 16-01-15/1080 от 30.10.2015 г. «О рабочих программах учебных предметов».

8) Письма Министерства образования Тульской области № 16-01-15/11587 от 17.11.2015 г. «О рабочих программах учебных предметов».

9) Устава МКОУ «ОШ № 29».

10) Учебного плана на 2023 – 2024 учебный год.

Общая характеристика учебного предмета

Проблемы сохранения здоровья учащихся, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Цель: создание условий, обеспечивающих формирование у суворовцев знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, которые способствуют сохранению и укреплению физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

Задачи:

1.Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни в стенах училища и вне его.

2.Развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом, отказа от вредных привычек.

3.Повышение активности воспитанников в спортивно-оздоровительной деятельности (конкурсах, викторинах, олимпиадах, соревнованиях, днях здоровья, выпусках тематических газет).

В процессе обучения и воспитания по программе внеурочной деятельности «В здоровом теле - здоровый дух» у обучающихся формируются личностные, регулятивные; познавательные; коммуникативные универсальные учебные действия (УДД).

Количество часов, отведенных для изучения: в 5 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 6 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 7 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 8 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 9 классе – 34 часа (1 час в неделю).

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами программы по формированию здорового образа жизни учащихся являются:

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста,

взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

5) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил

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

Личностные УДД.

- осознавать обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья;

- вести безопасный, здоровый образ жизни.

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятиях самостоятельно или с помощью воспитателя.

- проговаривать последовательность действий на занятиях.

- высказывать своё предположение (версию) во время работы

Познавательные УУД:

- делать предварительный отбор источников информации.

- находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.

- делать выводы в результате совместной работы всего класса.

- уметь преобразовывать информацию из одной формы в другую (составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи .

Коммуникативные УУД:

- уметь донести свою позицию до других (оформлять свою мысль в устной и письменной речи).

- слушать и понимать речь других.

- учиться работать в парах и малых группах .
- выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Учебно-тематическое планирование (5 класс)

№ темы	Название темы	Количество часов
1	Гигиена и здоровье	8
2	Вредные привычки	6
3	Питание и здоровье	5
4	Безопасное поведение	2
5	Первая помощь	4
6	Здоровье и спорт	9
	Всего	34

Учебно-тематическое планирование (6 класс)

№ темы	Название темы	Количество часов
1	Гигиена и здоровье	8
2	Вредные привычки	6
3	Питание и здоровье	5
4	Безопасное поведение	2
5	Первая помощь	4
6	Здоровье и спорт	9
	Всего	34

Учебно-тематическое планирование (7 класс)

№ темы	Название темы	Количество часов
1	Гигиена и здоровье	8
2	Вредные привычки	6
3	Питание и здоровье	5
4	Безопасное поведение	2

5	Первая помощь	4
6	Здоровье и спорт	9
	Всего	34

Учебно-тематическое планирование (8 класс)

№ темы	Название темы	Количество часов
1	Гигиена и здоровье	8
2	Вредные привычки	6
3	Питание и здоровье	5
4	Безопасное поведение	2
5	Первая помощь	4
6	Здоровье и спорт	9
	Всего	34

Учебно-тематическое планирование (9 класс)

№ темы	Название темы	Количество часов
1	Гигиена и здоровье	8
2	Вредные привычки	6
3	Питание и здоровье	5
4	Безопасное поведение	2
5	Первая помощь	4
6	Здоровье и спорт	9
	Всего	34