

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа с. Берёзовка муниципального района Елховский
Самарской области

«РАССМОТРЕНО»

на заседании классных руководителей
Протокол № 1 от "28" 08 2019 г
Председатель МО Галлямова М.М.
(Галлямова М.М.)

«ПРОВЕРЕНО»

заместителем директора по УВР
Козлова Г.М.
(Козлова Г.М.)

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы Поднавознова С.Б.
Приказ № 65 от "31" 08 2019 г
(Поднавознова С.Б.)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
7 класса

Направление: спортивно-оздоровительное

Наименование: «Тропа здоровья»

Форма организации: кружок

Срок реализации: 2019-2020 уч. год

Руководитель: Козлова Галина Михайловна

с. Берёзовка
2019

Рабочая программа внеурочной деятельности для 7 класса в рамках спортивно-оздоровительного направления «Тропа здоровья» составлена на основе:

- Закона «Об образовании в РФ»,
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования
- Плана внеурочной деятельности ГБОУ ООШ с. Берёзовка на 2019-2020 уч. год.

Данная рабочая программа предназначена для внеурочной работы с обучающимися 6 класса основной общеобразовательной школы (исходя из желания обучающихся, социального заказа их законных представителей, возможностей школы).

Рабочая программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

Срок реализации программы - 1 год.

Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности **Личностные УУД**

Ценностно-смысловые ориентации личности

Осознает ценность:

- здорового образа жизни;
- семьи как соучастника спортивно-оздоровительных мероприятий;
- важность душевных отношений в семье;
- физической и спортивной культуры и традиций народов мира.

Осознает ценность общества в целом и социальных групп, к которым принадлежит. Осознает важность дружеских отношений, командной деятельности.

Знаком с русской и зарубежной литературой, спортивными играми, обычаями, особенностями кулинарии и традиций питания, культурными особенностями.

Морально-нравственные ориентации личности

Имеет опыт разработки и следования коллективным морально-нравственным нормам.

Знаком с морально-нравственными, принятыми в различных видах спорта.

Ориентируется в различных культурно-исторических формах спортивной морали, кулинарных традициях.

Способен действовать из своего понимания ответственности, осознает последствия норм поведения (правомерное поведение).

Личностное и социальное самоопределение учащегося

Способен к пониманию своих возможностей относительно других и отношений с ними.

Обладает навыками общественного гендерного поведения и самосознания.

Осознает соотношение биологического и социального в человеке, врождённых и приобретённых качеств, способностей. Осознает гендерные особенности человека, его социальные свойства, способы взаимодействия с другими людьми.

Способен к начальным формам самопрезентации.

Мотивационно-смысловые компоненты учебной деятельности

Сознает возможность реализации разнообразной деятельности в едином контексте темы или модуля.

Способен к самостоятельной реализации проекта по интересующей теме (индивидуального и класса).

Основы здоровьесберегающих стратегий жизнедеятельности

Знаком с культурой здорового отдыха.

Знаком с правилами и практикой составления режима дня, рациона правильного/здорового питания.

Регулятивные УУД

Умение планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с задачами и целью деятельности

Способен к осознанию познавательной проблемы в практической деятельности.

Волевая саморегуляция личности

Способен к самостоятельному выполнению задания/проекта и своевременной сдаче заданий
Способен к физической саморегуляции, соблюдению гигиенических правил, рациона здорового питания, режима времени труда и отдыха.

Познавательные УУД

Собственная познавательная активность учащегося

Способен к реализации индивидуальной проектной деятельности.

Общие приёмы решения учебных задач

Знаком с основными правилами и принципами работы индивидуально и в коллективе.

Способен к пониманию и чувству красоты и гармонии здорового человека.

Коммуникативные УУД

Социокультурная компетенция личности

Способен объективно воспринимать свой неуспех и успех другого человека в ситуации поединка или соперничества.

Способен к рефлексии в кругу, к озвучиванию ожиданий и чувств.

Способен к переживанию и пониманию понятий противостояния, поединка, чести, благородства и правил, инстинктов и страстей.

Навыки свободного группового и межличностного взаимодействия

Способен к реализации и представлению группового проекта.

Способен к свободной групповой работе.

Способен обозначить суть ситуации конфликта и причину возникновения.

В урегулировании конфликта опирается на стратегии, предложенные учителем.

Содержание программы.

Организация внеурочной работы с учащимися 6 классов, направленной на формирование основ культуры здоровья.

Программа состоит из нескольких модулей, содержание которых охватывает основные направления работы по формированию здорового образа жизни.

Каждый из модулей объединяет несколько видов мероприятий, реализация которых направлена на формирование или развитие конкретных навыков и умений, связанных с заботой о собственном здоровье.

Содержательные модули	Кол-во часов	Мероприятия	Формы реализации
Физическая активность	10	Спортивный квест. Творческий проект «Игротека» (межпредметные связи). Исследовательский проект «Движение и здоровье»	Внеклассное мероприятие. Внеклассное мероприятие, самостоятельная работа. Внеклассное мероприятие, самостоятельная работа

Питание	8	Исследование «Почему нужен завтрак». Творческий проект «Классный завтрак». «Кулинарная эстафета». Игра «Кулинарные посиделки»	КТД. КТД, внеклассная работа, участие родителей. Внеклассное мероприятие. Внеклассное мероприятие, участие родителей
Режим дня	9	Творческое задание «Планируем день». Игровой проект «Советуем литературному герою» (межпредметные связи). Творческое задание «Мой выходной день»	КТД. КТД. Внеклассное мероприятие, КТД, самостоятельная работа
Гигиена	7	«Викторина Гигиен» (межпредметные связи). Исследование «Почему нужно чистить зубы»	Внеклассное мероприятие. КТД, самостоятельная работа

Формы организации работы: проектная деятельность, дискуссии, мини-лекции, игры, экскурсии.

**Календарно-тематическое планирование
программы внеурочной деятельности Тропа здоровья
7 класс 2019-2020 уч. год**

№ п/п	Дата по плану	Дата факт.	Тема	Модуль
1-2	04.09 11.09		Творческое задание «Планируем день».	Режим дня
3	18.09		Исследование «Почему нужен завтрак»	Питание
4-5	25.09		Исследовательский проект «Движение и здоровье»	Физическая активность
6-7	09.10 16.10		Творческий проект «Порядок прежде всего»	Гигиена
8-9	23.10		Дыхательная гимнастика на свежем воздухе	Физическая активность
10	13.11		Игровой проект «Советуем литературному герою»	Режим дня
11-12	20.11 27.11		Творческий проект «Классный завтрак»	Питание
13-14	04.12 11.12		Творческое задание «Мой выходной день»	Режим дня
15	18.12		Викторина Гигиен	Гигиена
16-17	25.12		Кулинарная эстафета	Питание
18-19	15.01 22.01		Зимние виды спорта	Физическая активность
20-21	29.01 05.02		Исследование «Почему нужно чистить зубы»	Гигиена
22-23	12.02 19.02		Творческий проект «И вкусно, и полезно»	Питание
24-25	26.02		Спортивный квест	Физическая активность
26-28	05.03 12.03 19.03		Исследовательский проект «Режим дня школьника»	Режим дня
29-30	02.04 09.04		Исследование «Мальчики и девочки: мы растем»	Гигиена
31-32	16.04 23.04		Творческий проект «Игротека»	Физическая активность
33	14.05		Игра «Кулинарные посиделки»	Питание
34	21.05		Творческий проект «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	Режим дня