

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Средняя общеобразовательная школа №61» г. Брянска

Рассмотрено на заседании МС

Руководитель МС



/Моисеева И.С. /

Протокол №1 от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №61



/В.С. Сивякина/



Приказ №115/2
от «30» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления
«Мы за ЗОЖ»
для 6 б класса на 2023-2024 учебный год

Составила

Андрееенко Лариса Григорьевна,
классный руководитель 6 б класса

2023

1.Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные универсальные учебные действия:

у обучающегося будут сформированы:

- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
- чувство гордости отечественными спортивными достижениями;
- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
- основа для развития чувства прекрасного через представления о физической красоте человека и ее совершенствовании в активной жизнедеятельности;
- приобщение к красоте родной природы;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений.
- увлеченность спортом, сознательное отношение к своему здоровью;
- бережное отношение к окружающей среде, сформированность установок на заботу об экологии.

Метапредметные универсальные учебные действия.

Обучающийся научится:

- понимать необходимость рациональной организации режима дня, организации рабочего места;
- принимать и сохранять познавательные задачи, в т.ч. практические;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия ее реализации;
- осуществлять контроль за правилами выполнения оздоровительных действий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок;
- осуществлять поиск информации с использованием различных источников (включая пространство Интернета) и запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе;

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;
- ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать мнения партнеров по команде;
- отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;
- контролировать свои действия в коллективной работе, соблюдать правила взаимодействия; Обучающийся получит возможность научиться:
- ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;
- осуществлять контроль физического развития, используя тесты для определения уровня развития физических и психических качеств;
- проводить самоанализ выполняемых заданий и по ходу действий вносить необходимые коррективы, учитывая характер сделанных ошибок;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях.

Обучающийся получит возможность научиться:

- ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;
- осуществлять контроль физического развития, используя тесты для определения уровня развития физических и психических качеств;
- проводить самоанализ выполняемых заданий и по ходу действий вносить необходимые коррективы, учитывая характер сделанных ошибок;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях.

2. Содержание курса внеурочной деятельности.

Формы организации:

Уроки безопасности, беседы, викторины, часы общения, круглые столы, спортивные соревнования, спортивные игры, тематические творческие работы, акции, конкурсы, дни здоровья

Виды деятельности: познавательная, спортивно-оздоровительная, социальное творчество, художественное творчество.

Программа состоит из двух разделов: «В гармонии с окружающим миром» и «Законы здоровья».

В процессе изучения первого раздела (17 часов) обучающиеся расширяют свой кругозор, узнают о глобальных проблемах современности, таких как урбанизация, ухудшение экологической ситуации (разумеется, на доступном для данного возраста уровне), учатся понимать связи между своими действиями и здоровьем - своим и окружающих, начинают осознавать ответственность за свой образ жизни.

«Природа родного края» экологическая ситуация. Акция «Тревога», доклады, презентации, круглые столы. Обсуждение ситуации. «Мир живой красоты» конкурсы рисунков и творческих работ на тему экологии «Дом. Дерево. Человек.» социальная акция на привлечение внимания окружающих к проблеме экологии.

Содержание второго раздела «Законы здоровья» (17 часов) нацелено на ознакомление обучающихся с собственным организмом и оптимальными путями укрепления своего здоровья. На занятиях учащиеся получают возможность расширить, систематизировать, а главное - практически применить свои знания о том, как сохранить и укрепить здоровье.

Уроки безопасности: знакомства с правилами безопасного поведения в различных ситуациях. Знаешь ли ты себя? Мы все разные. Мой характер. Особенности. Характер и взаимоотношения. Диагностика, беседы, дискуссии, круглые столы Управление временем. «Биологические часы». Как все успеть. Мой режим. «Безопасный маршрут» Как не попасть в беду. Правила безопасности «Мое здоровье в моих руках». Беседы о правильном питании. Моя осанка. Как улучшить самочувствие. Влияние компьютера на организм. Умею ли я отдыхать. Зимние забавы. Спортивные игры на свежем воздухе. Закаливание. Укрепление организма. Иммуитет. Перемена. Акция «Спорт - альтернатива пагубным привычкам». Опасный перекресток. Умею ли я делать выбор. Как обезопасить себя. Конкурсы и акции «Я выбираю спорт» «Мир глазами детей» - акция, конкурс рисунков, выставка творческих работ, посещение и обсуждение выставки «Чистый двор» Экологическая акция. «Памяти павших» Классный час, посвященная Дню Великой победы. Спортивные игры

3.Календарно-тематическое планирование по программе курса внеурочной деятельности

№п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			План	Факт
1	Урок безопасности	1	08.09.	
2	Знаешь ли ты себя? Характер	1	15.09.	
3	Управление временем.	1	22.09.	
4	Безопасный маршрут	1	29.09.	
5	Спорт - альтернатива пагубным привычкам	1	06.10.	
6	«Чистый двор»	1	13.10.	
7	Урок безопасности	1	20.10.	
8	Природа родного края	1	27.10.	
9	Мир живой красоты	1	10.11.	
10	Знаешь ли ты себя? Характер	1	17.11.	

11	Знаешь ли ты себя? Характер	1	24.11.	
12	Дом. Дерево. Человек.	1	01.12.	
13	Природа родного края»	1	08.12.	
14	Дом. Дерево. Человек.	1	15.12.	
15	Мое здоровье в моих руках	1	22.12.	
16	Урок безопасности	1	29.12.	
17	Зимние забавы	1	12.01.	
18	Дом. Дерево. Человек.	1	19.01.	
19	Мое здоровье в моих руках	1	26.01.	
20	Мое здоровье в моих руках	1	02.02.	
21	Мир живой красоты	1	09.02.	
22	Перемена	1	16.02.	
23	Спорт - альтернатива пагубным привычкам	1	01.03.	
24	Спорт - альтернатива пагубным привычкам	1	15.03.	
25	Урок безопасности	1	22.03.	
26	Природа родного края	1	05.04.	
27	Мир глазами детей	1	12.04.	
28	Мир глазами детей	1	19.04.	
29	Мир живой красоты	1	26.04.	
30	Чистый двор	1	27.05.	
31	Памяти павших	1	10.05.	
32	Памяти павших	1	17.05.	
33	Управление временем. Викторина	1	24.05.	
34	Урок безопасности	1	31.05.	