

**Негосударственное частное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением английского языка
«Частная школа «Взмах»**

Рассмотрена и принята
педагогическим советом
НОУ «Частная школа «Взмах»,
протокол от 31 августа 2023 № 1

Утверждаю
Генеральный директор
НОУ «Частная школа «Взмах»
_____ В.Р.Писарев
Приказ от 31 августа 2023 № 2

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
УСИЛЕННО КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 017FF4F000E0AE5EAB46281511349543AB
Владелец: Писарев Виктор Рэмович, генеральный директор
Действителен: с 07.06.2023 До 07.06.2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Твое здоровье»
основного общего образования
для 7 класса**

Учитель-составитель:
учитель Иванова А.М., учитель биологии
НОУ «Частная школа ВЗМАХ»

Санкт-Петербург

2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа. Сведения о программе (примерной/типовой или авторской).

Рабочая программа формировалась в соответствии с требованиями:

Федеральный уровень

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»,
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (далее – ФГОС ООО), утвержденного Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287,
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69675),
- Федеральная образовательная программа основного общего образования (далее – ФОП ООО), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 370,
- Письмо Министерства образования и науки РФ № 09-1672 от 18.08.2017 «Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных образовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»,
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 05 июля 2022 г. № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленного ФГОС ООО»,
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования,
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20) Санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 (далее - СанПин 1.2.3685-21).

Школьный уровень

- Основная образовательная программа основного общего образования НОУ «Частная школа «Взмах» (новая редакция - протокол Педагогического совета от 31.08.2023 № 1)
- Устав НОУ «Частная школа «Взмах»
- «Положение об организации внеурочной деятельности при реализации ФГОС общего образования в НОУ «Частная школа «Взмах»

2. Назначение программы

Программа «Твое здоровье» направлена на расширение кругозора учащихся и создание условий для формирования осознанного выбора здорового образа жизни.

3. Цели и задачи внеурочной деятельности

Целью курса является формирование культуры безопасной жизнедеятельности, навыков ведения здорового образа жизни и принципов здоровьесбережения.

Задачи курса: формирование у учащихся ключевых компетенций ведения здорового образа жизни за счет:

- формирования способности формулировать и формировать навыки здоровьесбережения;
- понимания необходимости сохранять свое здоровье как общественную и индивидуальную ценность;
- формирования навыков безопасного поведения в повседневной жизни;
- формирования привычки правильного питания;
- формирования привычки соблюдения режима дня и личной гигиены;
- формирования умения бороться со стрессовыми ситуациями;
- формирования умения грамотно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми;
- ведения активного спортивного образа жизни.

4. Возрастная группа обучающихся (класс, параллель), на которых ориентированы занятия внеурочной деятельности

Рабочая программа внеурочной деятельности разработана для учащихся 7 класса.

5. Информация о количестве учебных часов, на которое рассчитана рабочая программа по внеурочной деятельности.

На данную программу в 7 классах отводится 9 часов в год, из расчёта 1 час в месяц, в соответствии с Планом внеурочной деятельности (5-9 классы) НОУ «Частная школа «Взмах» на 2023-2024 учебный год.

Планируемые результаты изучения курса внеурочной деятельности

«Рабочая программа воспитания НОУ «Частная школа «Взмах» реализуется в единстве урочной и внеурочной деятельности, совместно с семьей и другими институтами воспитания. Воспитательный потенциал занятия определяется концепцией курса внеурочной деятельности и отражается в планируемых личностных результатах.

Предметные результаты	Личностные результаты	Межпредметные 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	• 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	• бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, • умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять план деятельности; • понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления,

<p>деятельности по отношению к здоровью других людей и собственному организму;</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития; • способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями. 	<p>достижении поставленных целей;</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование активной жизненной позиции и мотивации в отношении ведения здорового образа жизни. 	<p>физических, психических и нравственных качеств;</p> <ul style="list-style-type: none"> • понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности; • понимание культуры гигиены человека, постижение жизненно важных гигиенических знаний • поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления; • умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности; • умение применять естественнонаучные знания для объяснения окружающих явлений, сохранения здоровья, обеспечения безопасности жизнедеятельности; • умение с достаточной четкостью выражать свои мысли; проводить самооценку и взаимооценку; осуществлять презентацию результатов и публичные выступления.
---	---	--

ФОРМЫ УЧЕТА ДОСТИЖЕНИЙ

Основной формой учета внеурочных достижений обучающихся является портфолио, презентация, фотоотчет, буклет и др.

Раздел 2

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов по программе	Формы организации и виды деятельности
1	Глобальные проблемы	5	интерактивная лекция, практические занятия, решение ситуативных задач, оценка собственного образа жизни.
2	Полезные советы	4	практические занятия, дискуссионные мероприятия, занятия коммуникативного характера, решение ситуативных задач.

**Приложение к рабочей программе по внеурочной деятельности «Твое здоровье»
для 7 класса учителя: _____ на 2021-2022 учебный год**

№ темы	Темы занятий	Планируемая дата
1	Биоритмы и здоровье	сентябрь
2	Понятие о биоритмах человека.	октябрь
3	Бактерии, вирусы и человек	ноябрь
4	Заболевания человека вирусного характера и их профилактика	декабрь
5	Заболевания, вызванные патогенными бактериями, и их профилактика	январь
6	Растения и человек	февраль
7	Лекарственные растения, растения-аллергены; ядовитые растения	март
8	Заболевания человека, передающиеся с помощью насекомых (блохи, вши, клещи, мухи, комары, осы).	апрель
9	О наших братьях меньших (значимость психо-физической реабилитации человека при общении с животными).	май

ТЕМЫ ПРОЕКТОВ

1. В здоровом теле – здоровый дух.
2. Я выбираю ЗОЖ
3. Здоровый образ жизни – это здорово