**"Здоровье"- 9 класс**

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС ООО к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования.

**1.Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

* ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
* знания о взаимной обусловленности физического, нравственного, психологического, психического и социально-психологического 3 здоровья человека, о важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека;
* личный опыт здоровьесберегающей деятельности;
* знания о роли физической культуры и спорта.

В ходе освоения курса у обучающихся будут сформированы следующие результаты:

*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, учитываяхарактер 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.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности**

Программа курса внеурочной деятельности «Здоровье» разработана для обучающихся 9 классов и рассчитана на 6,6 часа в год.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел | Содержание | Кол-во часов | Формы организации | Виды деятельности |
| 1. Законы здоровья
2. «В гармонии с окружающим миром»
 | Урок безопасности: знакомства с правилами безопасного поведения в различных ситуациях. Знаешь ли ты себя? Трудности выбора. Моя профессия. Мои качества. Мои желания и возможности. Управление временем. «Биологические часы». Как все успеть. Мои хобби и увлечения. Как стать успешным. «Безопасный маршрут» Как не попасть в беду. Правила безопасности «Мое здоровье в моих руках».  «Мой дом – планета Земля» экологическая ситуация. Акция «Тревога», доклады, презентации, круглые столы. Обсуждение ситуации.  | **4,6****2** | Урок безопасности, беседа, викторина, час общенияАкции, круглые столы, доклады. | Познавательная, спортивно-оздоровительнаяПознавательная, социальное творчество |

**3.Тематическое планирование.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  | **Название тем и урока** | **Количество****часов** |
| 1 |  «Урок безопасности»  | 1 |
| 2 | Знаешь ли ты себя? Трудности выбора  | 1 |
| 3 | Управление временем | 1 |
| 4 | «Безопасный маршрут» | 1 |
| 5 | «Спорт – альтернатива пагубным привычкам» | 0,6 |
| 6 | «Дом.Дерево.Человек.» | 1 |
| 7 | «Природа родного края» | 1 |
|  | **Всего 6,6 часа** | **6,6** |